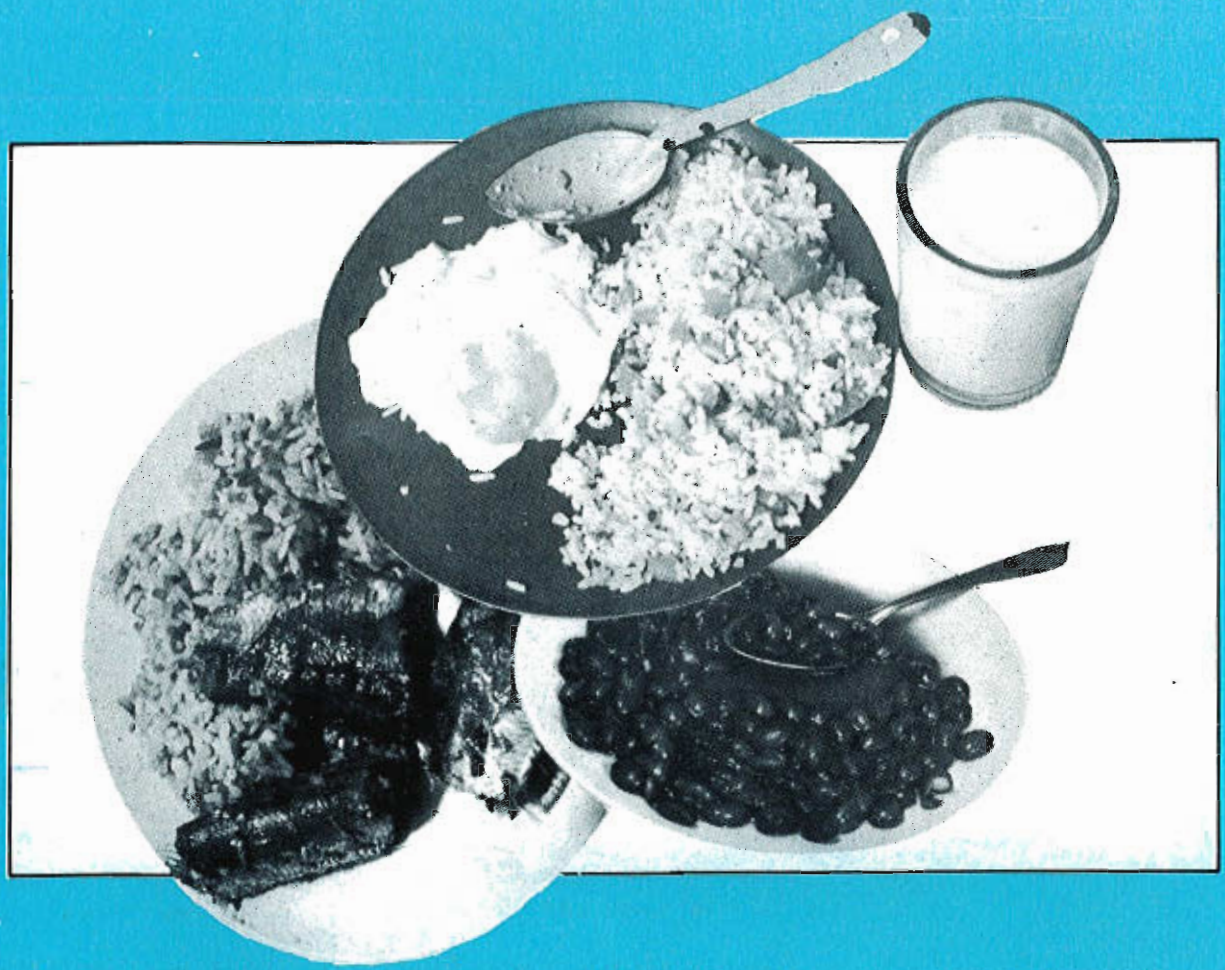
revista del
consumidor
informa, capacita y orienta
UNA PUBLICACION MENSUAL DEL INSTITUTO NACIONAL DEL CONSUMIDOR/NUMERO 109/MARZO DE 1986/60 PESOS

Un buen alimento... ¡el pescado!

Día Mundial de los Derechos del Consumidor

¿alguien dijo proteínas?



El cuerpo necesita proteína para realizar sus funciones, ya que las hormonas que regulan el metabolismo, las enzimas que catalizan las reacciones químicas, la hemoglobina que lleva el oxígeno a las células y a los anticuerpos que defienden al organismo de las infecciones por bacterias y virus, son proteínas. De la misma manera en que la estructura de los árboles se forma de celulosa, la estructura del cuerpo está formada por proteína, ya que el cabello, la piel, las uñas, los cartílagos, los tendones, los músculos y los huesos se constituyen de proteínas. Por ello es indispensable comer alimentos ricos en proteínas, entre los que destacan el pescado, la leche, el huevo, el frijol y la lenteja. ¡Aprovéchelos!

DIRECTORIO INCO

Dirección General
CLARA JUSIDMAN DE B.
Dirección Técnica
FERNANDO URDANIVIA CORIA
Dirección de Promoción
ANDRES MANUEL LOPEZ OBRADOR
Dirección de Producción Audiovisual y Editorial
MARTHA SUSANA RUIZ DE SARAVIA
Dirección de Finanzas y Administración
MANUEL GALVAN ZUART
Coordinación de Delegaciones
GRISELDA ARISTA QUEZADA

SUBDIRECCIONES

Estudios Socioeconómicos
GUSTAVO PONCE MELENDEZ
Estudios Técnicos
LUIS JUAREZ SUAREZ
Promoción
JOSE LUIS GARCIA NAJERA
Producción Audiovisual y Editorial
RODOLFO F. PEÑA VILLANUEVA

DELEGACIONES

Chihuahua
VICTOR MANUEL BARRIGUETE
Estado de México
GABRIEL GAMA FLORES
Guanajuato
LUIS O. MEDELLIN OCHOA
Guerrero
MARGARITA GALEANA ADAME
Hidalgo
ESTEBAN G. CHAPA ZAMORA
Jalisco
RODOLFO ALFARO AGUIÑAGA
Morelos
RAUL CARBONELL CARDENAS
Nuevo León
FRANCISCO JAVIER NUÑEZ
Puebla
ROBERTO ARTECHE LUGO
Sonora
GUILLERMO A. REYNA CELAYA
Tamaulipas
GUILLERMO NUÑEZ VELA
Tlaxcala
JOSE LUIS ARGUIJO TORRES
Veracruz
JAVIER ESCALERA LEANDRO

INSTITUTO NACIONAL DEL CONSUMIDOR

SECTOR COMERCIO Y FOMENTO INDUSTRIAL

Editorial

Ante el constante incremento de la publicidad y el estímulo al consumo, en 1960 se funda en La Haya, Holanda, la Organización Internacional de Asociaciones de Consumidores (IOCU, por sus siglas en inglés) como una respuesta a la internacionalización de los derechos del consumidor. En sus inicios contaba con la participación de cinco asociaciones de consumidores. A la fecha, son más de 127 organizaciones provenientes de 51 países. Esta organización independiente fue creada para servir como centro de intercambio de información y experiencias entre las agrupaciones asociadas sobre todo para beneficio de los consumidores. El logro internacional fue promover el 15 de marzo como Día de los Derechos del Consumidor, cuya finalidad es proteger el consumo y hacer permanentes los derechos del consumidor.

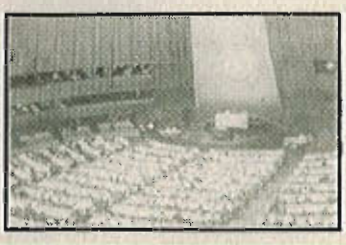
El día del consumidor es, pues, una fecha opuesta a las fechas consumistas que tanto se han multiplicado en nuestro país.

Durante marzo se desarrollan muchas campañas de publicidad destinadas a engañar al consumidor a través de promociones y baratas que no son tales. A menudo estas campañas juegan con el deseo de los consumidores de invertir correctamente su presupuesto y de hacer compras sagaces, pero el resultado no es el que se espera: las baratas, ofertas y gangas frecuentemente no son más que tácticas al servicio del mercado.

Nuestra edición de marzo da la bienvenida a la primavera, pero no para malgastar el dinero que con tanto trabajo logramos reunir. En las siguientes páginas, los lectores podrán encontrar información útil acerca de los alimentos que kilómetros de costas y aguas lacustres nos proporcionan, así como orientación de cómo aprovechar mejor nuestro tiempo libre, conocer lugares interesantes y visitar nuestro país, sin que esto signifique desembolsos irracionales.

REVISTA DEL CONSUMIDOR 109/MARZO DE 1986

SUMARIO



PROTECCION AL CONSUMIDOR

El 15 de marzo se celebra el día de los Derechos del Consumidor y cabe mencionar que la Asamblea General de Naciones Unidas aprobó en abril de 1985 las directrices sobre protección al Consumidor, reconocidas a nivel internacional.

EN LA VARIEDAD ESTA EL GUSTO

En la primavera existen especies como la corvina, que se puede preparar de cualquier forma, el berrugato, la cabrilla, el mojarrón, la mojarra blanca y ducha, el bagre, el lenguado, la barrucada y el jorobado, todos estos de muy buen sabor, alto valor nutritivo y a precio muy por debajo de las especies de línea.

EL BRINCO

En el recreo, además de jugar, los niños comen lo que les preparan en sus casas o lo que venden en las cooperativas escolares y fuera de los planteles.

Editorial	1
Día del Consumidor	3
Un buen alimento... ¡el pescado!	6
Acerca de compadres y "compitas"	8
Recuento de una cocina mestiza	11
Evolución de la producción pesquera	13
Campaña de vacunación antipoliomielitis	19
Coalición contra las exportaciones peligrosas	21
La pesca en México	25
La refrigeración: una fría historia	27
Comer pescado para crecer mejor	30
Qué hay de nuevo en el consumo	32
Ocio productivo:	
Vacaciones no significa malgastar	33
Eventos culturales	36
Novedades editoriales	38
Arqueología del consumo	39
Cocina tradicional	40

REVISTA DEL CONSUMIDOR

Consejo Editorial
CLARA JUSIDMAN DE B.
FERNANDO URDANIVIA CORIA
ANDRES MANUEL LOPEZ OBRADOR
MARTHA SUSANA RUIZ DE SARAVIA
GRISELDA ARISTA QUEZADA

Jefatura de Publicaciones
BRUCE SWANSEY

Coordinación y Redacción
MA. DEL PILAR SANCHEZ SANDOVAL
PATRICIA SEGURA BARRAGAN

Suplemento "El Brinco"
MARIE PUGA

Reporteros
JAVIER KURAMURA OSCAR ROMERO ROJAS/ENRIQUE PARADA/ JUAN RAMON ZABALEGUI

Producción Fotográfica
ARMANDO SALVADO FERNANDEZ

Reporteros Gráficos
CARLOS MACIAS/FERNANDO ROJAS/ GUSTAVO ADOLFO CARRILLO VELEZ

Departamento de Arte y Diseño
AUGUSTO APON GARCIA

Formación, Ilustraciones y Viñetas
MARCELO AHUERMA S./FRANCISCO ALATRISTE T./ALMA ELENA ARENAS G./ DOLORES RAMIREZ/JESUS RODRIGUEZ G.

Asistentes del Departamento de Publicaciones
CARLOS HERRERA BARRAGAN

Impresos
MARIA DOLORES FERNANDEZ MORETT

APOYO ESPECIAL AL NUMERO 109 DE LOS DEPARTAMENTOS

Análisis sobre Comunicación
JOSE CHAN ESCALANTE

Información y Orientación Directa
GREGORIO ALANIS PARDIÑAS

Derechos del Consumidor
HECTOR I. MEJIA ALVARADO

Documentación e Información
FRANCISCO JIMENEZ ROJANO

Educación para el Consumo
FLAVIO RUIZ SUAREZ

Comunicación Social y Relaciones Públicas
FRANCISCO BALDERAS GUZMAN

Bioquímica
ANA MA. C. DE HAQUET

Estudios Económicos
ARACELI MORENO ACOSTA

Seguimiento y Análisis del Consumo
JOSE MANJARREZ MEDINA

Ingeniería
EDUARDO MARTINEZ PACHECO

La Revista del Consumidor, órgano oficial de difusión del Instituto Nacional del Consumidor, es una publicación mensual de capacitación y orientación a los consumidores. Tiene como objetivo ofrecer a sus lectores información y recomendaciones acerca de toda clase de bienes y servicios, sugerencias sobre el manejo racional del presupuesto familiar y la búsqueda de alternativas de consumo y mejores hábitos para el mejoramiento constante de la calidad de vida de la población.

El contenido de todos los artículos publicados —*firmados o no*— refleja la filosofía y el criterio editorial de la revista. Esta publicación no acepta anuncios publicitarios, no recibe muestras de productos, ni se compromete de manera alguna con ningún tipo de intereses comerciales. No autoriza la utilización de ninguno de los materiales publicados para fines publicitarios o comerciales. La violación de esta disposición ameritará denuncia ante las autoridades correspondientes.

El Instituto Nacional del Consumidor autoriza expresamente la reproducción total o parcial de los textos o estudios incluidos en esta Revista, siempre que se utilicen para orientación y capacitación de la población y se indique su procedencia.

Para correspondencia diríjase a: Revista del Consumidor, Asesoría Legal de la Dirección General, Lic. César Garizurieta, Insurgentes Sur 1228-11° piso, Código Postal 03210, o al Apartado Postal 20600, México, D.F. Totalmente impresa en papeles nacionales por Editora de Periódicos, S.C.L. Basilio Vadillo No. 40 Apartado Postal 947 México 1, D.F.; Tipografía: TIPART —Tipografía y Formación— México, D.F. Distribución: Unión de Voceadores de México y Distribuidora Intermex, S.A. Afiliada a la Cámara Nacional de la Industria Editorial. Certificado de licitud de la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas, dependientes de la SEP. Oficio No. 1227 del 30 de abril de 1981. Reserva de derechos al uso exclusivo del título de la Revista del Consumidor del 21 de mayo de 1981. Se reservan todos los derechos respecto del título de esta publicación conforme a la Unión Internacional de Derechos de Autor. Tramitada como correspondencia de Segunda Clase por la Dirección General de Correos. Registro No. 015-1176. Características 216521408

Día Mundial del Consumidor

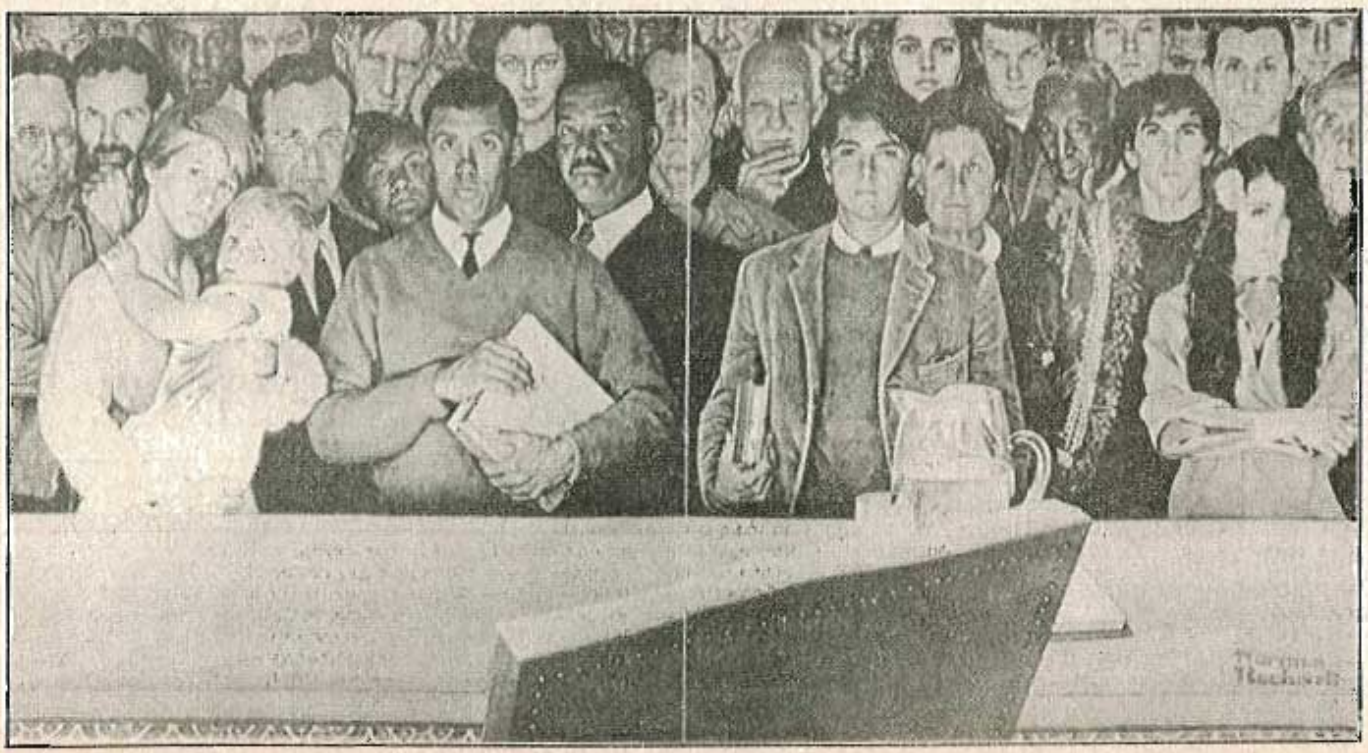
Como usted sabe, el 15 de marzo es el Día Mundial de los Derechos del Consumidor y cabe recordar que la Asamblea General de Naciones Unidas aprobó el nueve de abril de 1985 las directrices sobre protección al Consumidor.

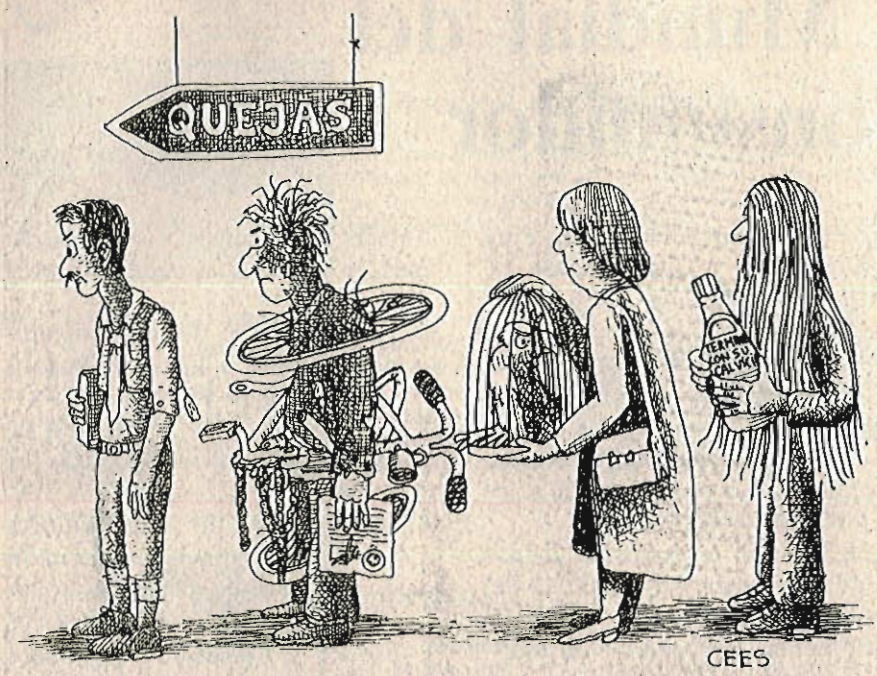
Estas directrices son reconocidas a nivel internacional, y fueron creadas para elaborar las orientaciones generales en materia de protección al consumidor por los países miembros. Los objetivos principales del documento son:

1. Ayudar a los países a lograr o mantener una protección adecuada de sus habitantes en calidad de consumidores;
2. Facilitar las modalidades de producción y distribución que respondan a las necesidades y los deseos de los consumidores;
3. Instar a quienes se ocupan de la producción de bienes y servicios y de su distribución a los consumidores, a que adopten estrictas normas éticas de conducta;
4. Ayudar a los países a poner freno a las prácticas comerciales abusivas de todas las empresas, a nivel nacional e internacional, que perjudiquen a los consumidores;
5. Facilitar la creación de grupos independientes de defensa del consumidor;
6. Fomentar la cooperación internacional en la esfera de la protección del consumidor;
7. Promover el establecimiento en el mercado de condiciones que den a los consumidores una mayor seleceión, a precios más bajos.

Para lograr esto, cada gobierno debe establecer sus propias prioridades para la proteeción de los consumidores según las circunstancias económicas y sociales del país, procurando atender aspectos tales como:

1. La protección de los consumidores frente a los riesgos para su salud y su seguridad;
2. La promoción y protección de los intereses económicos de los consumidores;
3. El acceso de los consumidores a una información adecuada que les permita hacer elecciones bien fundadas conforme a los deseos y necesidades de cada cual;
4. La educación del consumidor;
5. La posibilidad de compensación efectiva al consumidor;
6. La libertad de constituir grupos y otras organizaciones pertinentes de consumidores y la oportunidad para esas organizaciones de hacer oír sus opiniones en los procesos de adopción de decisiones que las afecten.



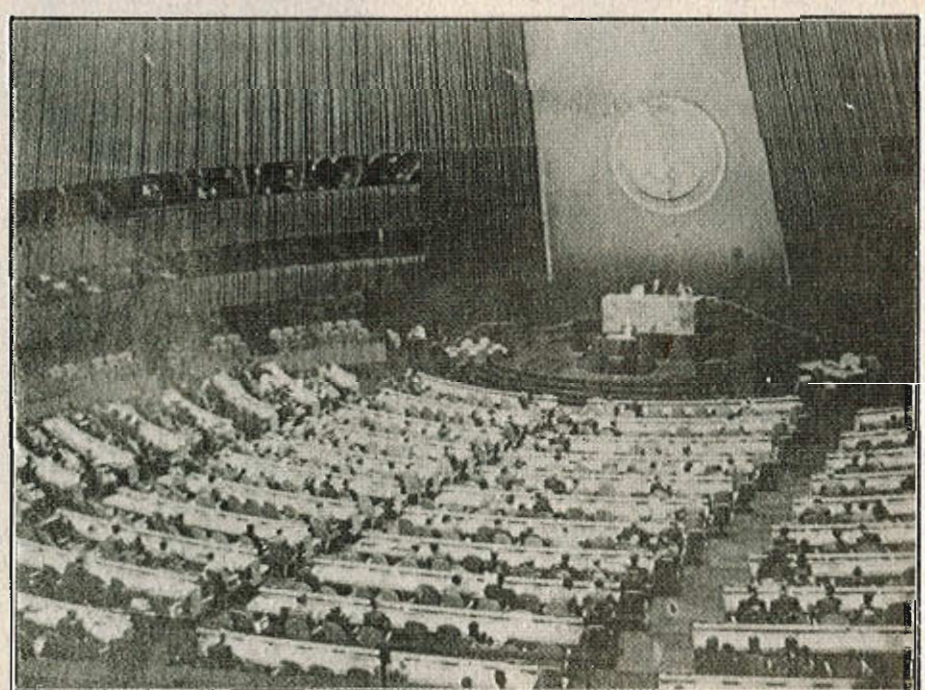


La Ley Federal de Protección al Consumidor, de la cual emanan la Procuraduría Federal del Consumidor (PROFECO) y el Instituto Nacional del Consumidor (INCO), contiene los lineamientos y políticas que en esta materia definen la acción gubernamental y rigen la relación entre los comerciantes o prestadores de servicios y los consumidores.

A continuación se mencionan las directrices aprobadas por Naciones Unidas en la Asamblea General del 9 de abril de 1985.

El documento que contiene las directrices aprobadas por la ONU, está dividido en siete apartados:

1. **Seguridad física.** Aquí se marcan las pautas a seguir para vigilar la inocuidad de los productos durante su manipulación, traslado, almacenamiento y uso, además del deber de informar al consumidor sobre los riesgos que corre (en caso de que exista) por usar determinados productos.
2. **Promoción y protección de los intereses económicos de los consumidores.** Este apartado enumera los puntos que deben tomarse en cuenta para que los consumidores obtengan el máximo beneficio de sus recursos. Los puntos más importantes son: prácticas comerciales que perjudiquen al consumidor, adulteración de alimentos, comercialización basada en afirmaciones falsas, información fidedigna para permitir al consumidor elegir libremente, servicio post-venta y adecuada difusión de la legislación vigente de protección al consumidor.
3. **Normas para la seguridad y calidad de los servicios y bienes de consumo.** Esto se refiere a la formulación y aplicación de normas para asegurar el buen funcionamiento de los servicios y la buena calidad de los bienes de consumo.
4. **Sistemas de distribución de servicios y bienes de consumo esenciales.** Este punto recalca la necesidad que existan políticas que aseguren la distribución eficiente de bienes y servicios a los consumidores, sobre todo zonas rurales. Aclara que para lograr esto podrían incluirse políticas relativas a la creación de instalaciones apropiadas de almacenamiento y venta al por menor en los centros rurales.
5. **Medidas que permitan a los consumidores obtener compensación.** Se refiere a las medidas jurídicas administrativas que permitan a los consumidores solucionar controversias con proveedores de bienes y servicios, de una manera rápida, económica y sencilla, ya sea



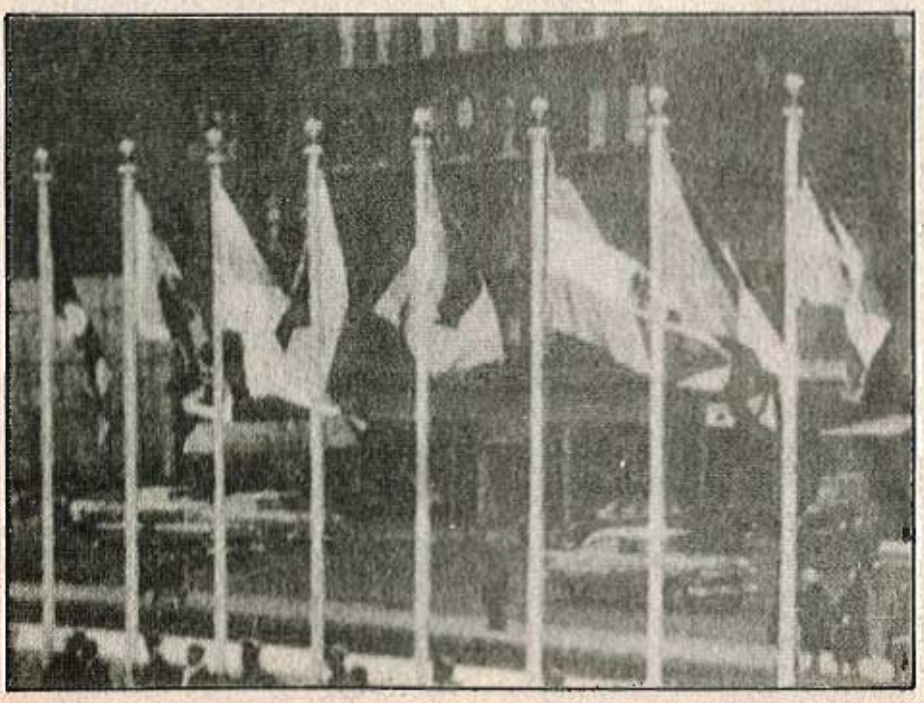
oficial o extraoficial. Para lograrlo, el consumidor debe contar con asesoría y las empresas prestadoras de bienes y servicios deben tener disposición para solucionar los conflictos.

6. **Programa de educación e información.** Este apartado menciona la necesidad de formular programas de educación e información para el consumidor, teniendo en cuenta las tradiciones culturales del pueblo de que se trate. El objetivo de tales programas es proteger al consumidor en rubros tan importantes como: sanidad, nutrición, prevención de enfermedades, peligros en los alimentos, rotulado de productos, legislación para solucionar conflictos, información sobre pesos y medidas, precios y calidad, así como contaminación del medio ambiente si es necesario. Los programas de educación e información se deben apoyar en los medios de comunicación de masas para alcanzar también zonas rurales.
7. **Medidas relativas a esferas concretas.** Este último punto aclara que es prioritaria la salud del consumidor y enuncia políticas sobre puntos concretos como: los alimentos, el agua y los productos farmacéuticos.

Como el nombre del documento lo indica, los puntos mencionados anteriormente son directrices, en base a las cuales, los gobiernos deben guiarse para elaborar sus legislaciones específicas. Le recomendamos que lea la Ley Federal de Protección al Consumidor, expedida en 1976, nueve años antes de la aprobación de estas directrices y que está considerada como una de las más avanzadas en materia de protección al consumidor.

Si desea un ejemplar solicítelo al Instituto Nacional del Consumidor en el Distrito Federal o a la Delegación Federal del INCO en su estado, únicamente en las siguientes entidades federativas:

Chihuahua, Chihuahua
Toluca, Estado de México
León, Guanajuato
Acapulco, Guerrero
Pachuca, Hidalgo
Guadalajara, Jalisco
Jalapa, Veracruz
Cuernavaca, Morelos
Monterrey, Nuevo León
Puebla, Puebla
Hermosillo, Sonora
Ciudad Victoria, Tamaulipas
Tlaxcala, Tlaxcala



Un buen alimento... ¡el pescado!

Juan Ramón

Para los primeros cristianos la cuaresma era el tiempo en que había que preparar a los catecúmenos (personas que se iniciaban en la religión) para la recepción del bautismo.

Actualmente se le llama cuaresma a los cuarenta días que anteceden la pascua. Días de meditación, ayuno y vigilia, que recuerdan los que guardó Moisés cuando recibió las tablas de ley en el Sinaí; los que efectuó Elías cuando fue al monte Horeb, y principalmente los que observó Jesucristo en el desierto antes de empezar su vida pública.

Desde tiempos remotos estaba prohibido comer carne durante esos días. Incluso en algunos lugares como Antioquía, la población se privaba de comer pájaros y peces.

Actualmente, en América latina y en Filipinas, la abstinencia de carne durante la cuaresma se lleva a cabo el miércoles de ceniza y cada viernes.

El origen de esta práctica viene de la ley judía en la que se consideraba que la carne era impura y por consecuencia el consumo de ésta también. Tiempo después, esta ley fue adoptada por las comunidades judeo-cristianas, quienes le dieron un nuevo sentido: ofrecían como sacrificio de conversión dejar de comer algo tan bueno como la carne.

Hoy en día, para quienes practican la abstinencia con los romeritos de vigilia, el pozole de pescado, la machaca de pescado, la sopa de mojarras, las tostaditas de cazón molido, las albóndigas de pescado y demás guisos posibles, se ha hecho agradable y nutritiva dicha vigilia.

Dejar de comer carne representa un ahorro en la economía familiar, que a la vez puede ser una forma de mejorar su alimentación, principalmente si la carne es sustituida por la gran variedad de especies baratas de pescado, las cuales contienen una gran cantidad de proteínas y otros nutrimentos.

Si tomamos en cuenta que el pescado tiene un alto contenido de proteínas, fósforo y muchas otras sales necesarias para el desarrollo, sobre todo del sistema

nervioso— y que no contiene carbohidratos, es decir azúcares y harinas que no nutren pero sí engordan, sabremos que el pescado es una buena alternativa, tanto por su alto valor nutritivo, como por su bajo costo en relación con la carne.

En la variedad está el gusto

En 1983 la participación de México en la captura mundial de recursos pesqueros, ocupó el decimoséptimo lugar. Sin embargo, en lo que se refiere a ostión, camarón, tiburón, cazón, sardina y anchoveta, nuestro país se clasificó entre los primeros siete lugares. Fue el décimoprimer país productor de atún y el décimosegundo de langosta.

No obstante, de las 250 especies que se conocen a nivel nacional, sólo el quince por ciento se aprovecha localmente, es decir en las zonas de pesca. En los centros de abasto, en la capital y en otras entidades que precisan de transporte para hacer llegar los productos pesqueros, únicamente se comercializa el 10 por ciento, es decir unas veinticinco especies.

El maestro Felipe Amezcua Linares, investigador del Instituto de Ciencias del Mar y Limnología de la UNAM, afirma que "hacer llegar el pescado a las ciudades es lo que hace subir los precios, el costo de transporte de los pescados para consumo popular es igual que el de las especies de línea (huachinango, robalo, mero, etcétera) que representan un mayor índice de ganancias. El problema está en que la mayoría de la flota y equipo de pesca, se ha enfocado a la captura del camarón. Así —continúa el investigador— no conviene utilizar el poco equipo que existe para la captura de otras especies más baratas. Yo considero – apunta el maestro Linares— que se debería reforzar más la industria paraestatal, porque la flota pesquera que hay en el país es principalmente privada. Si se consumiera el atún fresco y la gente pidiera los productos de menor precio, obligaría a la industria pesquera a buscar un mejor aprovechamiento de todas las especies.

¿Se comería un botete?

En la primavera existen especies como la corvina, que se puede preparar de cualquier forma, el berrugato, la cabrilla, el mojarrón, la mojarra blanca y ducha, el bagre, el lenguajdo, la barracuda y el jorobado, todos estos de muy buen sabor, altos contenidos nutritivos y precio muy por debajo de las especies de línea. No obstante la variedad de especies que se pueden consumir en el país, nos hace falta aprender a saborear, por ejemplo, un jorobado, cuyo sabor exquisito, o uno que por su barbita y su nariz picuda se llama ratón.

¿Quién comería un pez llamado sapo o botete, inflado del abdomen y la cara enjuta, pero con un sabor muy rico? Sólo que fuera en filetes empanizados como la vendía una compañía en forma de pepepez.

Par aprovechar la gran variedad de especies es necesario probar de todo, no sólo los rojitos y regordetes son los mejores pescados; recuerde que los hay como el bagre de gusto fuerte y barato, que le dan más sabor al caldo.

Especies con mayor cantidad de proteínas y grasas animales*

Especie	Proteínas % (Cruda)	Lípidos % (Grasa)
Mojarras	17.58	2.67
Lenguado	16.92	2.34
Mojarrón	18.90	2.21
Bagre (Chihuil)	16.68	3.79
Cabalcuchos	17.84	5.26
Chivo	20.22	6.13
Cabrilla	18.33	2.55
Pámpanos	17.58	4.59
Cochinito (Ballesta)	18.38	1.29
Corvina	17.89	1.98

*Las grasas de origen marítimo tienen vitamina A natural que el organismo asimila mejor que las de origen sintético.

Acerca de compadres y "compitas"

Enrique Parada

Los españoles que llegaron por primera vez a América quedaron sorprendidos al presenciar una ceremonia indígena similar a una que ellos practicaban y por la cual obtenían relaciones sociales de parentesco llamadas compadrazgo.

Antropológicamente, el compadrazgo se define como una forma de parentesco ritual, y a que se origina a partir de un rito.

"En la religión cristiana existen testimonios del siglo XII del primer ritual base de esta relación social y que se conoce como el sacramento del bautismo; es decir la iniciación de una persona en la fe cristiana", afirma el etnólogo José Genis, profesor de Teoría del Parentesco en la Escuela Nacional de Antropología e Historia (ENAH).

"Al efectuarse este sacramento —añade José Genis— deben estar presentes los padres del iniciado en la religión cristiana y los acompañantes de éstos: los con padres, del latín *compaters*, que fungirán como los tutores espirituales del bautizado.

"A partir de este acto, los involucrados en él inician relaciones de importancia en las que se delimitarán ciertas actitudes y compromisos entre ellos. Por ejemplo, el padrino derivado de *pater* que se traduce en padre, se comprometerá a hacerse cargo del ahijado del latín *filius* que significa hijo, en caso de quedar huérfano. Por su parte este hijo espiritual deberá guardar respeto y con frecuencia efectuar rituales frente a su padrino, como el besarle la mano en el saludo", agrega el especialista de la ENAH.

De esta manera, mientras los españoles efectuaban estas ceremonias que conllevaban a una relación social, en Mesoamérica los testigos ibéricos encontraron actos similares en los ritos de los indígenas. Esto llevó a que los historiadores se refirieran al bautismo y compadrazgo en algunas ceremonias de nuestras antiguas civilizaciones.

Así, Fray Diego de Landa en su *Relación de las Cosas de Yucatán* describe el ritual *hetzmesk* como una forma de apadrinamiento, en el que una mujer coloca a un niño en horcajadas en su cintura, para lo cual necesita la ayuda de una tercera persona que asumirá el papel del padrino.

"Es por esta razón —comenta el etnólogo— que al llegar los españoles ocurre un paralelismo entre la práctica sacramental del cristianismo y la cosmogonía de las culturas de América, dando como resultado la forma ritual del compadrazgo conocida en la actualidad".

El compadrazgo a la mexicana

Las características sicológicas del mexicano han dado formas especiales a nuestras relaciones de compadrazgo. Octavio Paz en *El laberinto de la soledad*, define al mexicano como un ser "fiestero", que pasa la mayor parte de los días del año desahogándose y festejando.

Por otro lado, el sicólogo Rogelio Díaz Guerrero en su libro *Psicología del Mexicano*, señala que nuestras civilizaciones han sido eminentemente sociales, y que por ejemplo, "el mercado de los aztecas era ante todo un centro de reunión social".

Al respecto, el doctor Díaz Guerrero, primer vicepresidente de la Unión Internacional de Psicología Científica y profesor decano de la UNAM, dice a la **Revista del Consumidor**: "La sicobiología establece que el hombre como ser individual es primero y más importante que los seres que le rodean; sin embargo, en nuestra cultura se ha demostrado que el

mexicano antepone a todo su relación con los demás".

"Es por esta razón —añade Díaz Guerrero— que los mexicanos relacionamos primordialmente por medio de los sentimientos. Por ello, para nosotros el aspecto sentimental es igual o a veces más importante que el aspecto cognosciţivo.

"De esta manera, en sicología el compadrazgo es un esfuerzo que se hace para convertir en parientes a los amigos más cercanos" —señala el especialista— quien agrega que el candidato para ser considerado como compadre se siente halagado, ya que es una especie de mérito el ser nombrado el padre sustituto de los hijos del amigo".

Esto ha llevado a que en nuestras tradiciones los lazos de compadrazgo ocupen un lugar especial en las relaciones de parentesco. "Con el compadre —refiere el sociólogo - no se puede tener las mismas actitudes que con los familiares y amigos. Los compadres se tratan con extremo respeto, aunque hayan sido amigos muy íntimos; además jerárquicamente la terminología de compadre supera a la del parentesco sanguíneo, de tal modo que si dos hermanos se hacen compadres empiezan el trato de respeto y dejan de comportarse como hermanos".

Al respecto, el escritor Edmundo Valadés dice que "en muchas ocasiones el 'compa' estima tanto a su homólogo que llega a estar antes que su mujer, lo cual parece establecer una relación homosexual".

Por su parte, José Genis, quien realiza un estudio sobre el compadrazgo, expresa que "esta relación de parentesco demuestra una supremacía de lo espiritual sobre lo profano".

"Siempre hay una pretensión para que el padrino de los hijos sea una persona que tenga estatus económico y social: es decir, se busca una gente de prestigio", señala José Genis.

Esta situación se presenta en varios ámbitos de la vida, y uno de los ejemplos más evidentes es el de la mafia italiana en que el *capo*, jefe principal, es el "padrino", el más poderoso encargado de cuidar y proteger a sus "ahijados".

De esta manera, a fines del siglo pasado y principios del actual en varios países de Latinoamérica se buscaba que el terrateniente o hacendado fuera el padrino de los hijos de los peones.

Del "compadrito" al "compa"

"La relación de compadrazgo no tiende a desaparecer, porque es una relación muy estrecha y tradicional que en nuestro país se ha mantenido desde el siglo XVI. Lo que pasa es que se adoptan nuevas modalidades dependiendo de la sociedad. Por ejemplo, ahora existen muchas formas o maneras de compadrazgo, como la graduación de la escuela a cualquier nivel y el de estreno de casa", dice el especialista en estudios de parentesco.

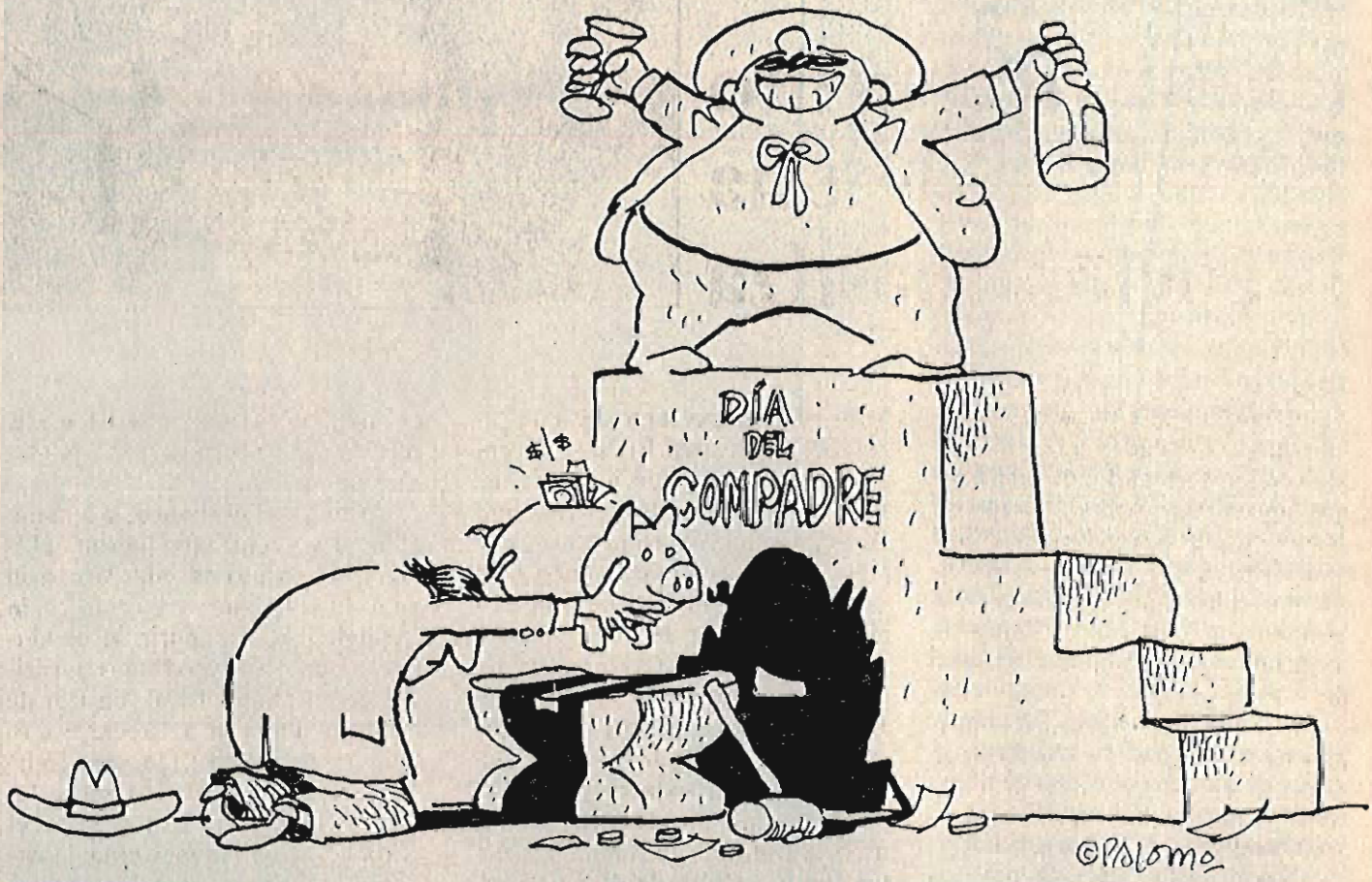
"Mientras en las zonas campesinas —agrega José Genis—, como sucede en poblaciones de Oaxaca, el compadrazgo es muy arraigado y conserva las obligaciones establecidas por la religión, en las ciudades esta relación sirve para tener puntos sociales de apoyo".

Al respecto, el escritor Edmundo Valadés dice que en las clases sociales acomodadas el compa-

drazgo es una especie de mafia, en la que si uno de los compadres tiene un puesto importante o una posición buena, éste se comprometerá tácitamente a solapar al otro.

"Sin embargo, agrega el autor de *La muerte tiene permiso*, esto no sucede en toda la sociedad, ya que en los sectores urbanos de escasos recursos económicos, adquiere otra dimensión. La relación, la solidaridad, es estrecha: el compadre es el amigo más cercano, que se convierte en el "compa".

Por su parte, el doctor en sicología Rogelio Díaz Guerrero señala que se ha comprobado que a menor nivel educativo más fuerte es la unión emocional o sentimental entre las personas, por eso es que en las zonas rurales y en las clases sociales bajas de las ciudades, el lazo de compadrazgo sigue siendo muy importante.



El reverso de la moneda

"Lo importante en una relación de compadrazgo nunca ha sido regalarse cosas el uno al otro, sino proporcionarse mutuamente seguridad emocional y afectiva, y no una dádiva material como la que se promueve en algunos medios de comunicación", afirma el doctor en sicología Rogelio Díaz Guerrero.

Sin embargo, los publicistas y comerciantes se aprovechan de la capacidad emotiva de los mexicanos para hacernos consumir bajo cualquier pretexto. Así, promueven frases como: "si estima verdaderamente a una persona regálele..." esto o lo otro.

El término compadre y comadre es comúnmente empleado para llamar a los amigos, además de nombrar así a los verdaderos compadres; por ello esta palabra, como muchas otras, ha sido utilizada como gancho comercial en programas de radio y televisión.

Sin embargo, Radio Sinfonola se promueve como la estación "de los compadres". Al respecto, su gerente, Héctor Aguilera, indica: "Desde hace 31 años la estación impulsó una consigna que nos identificaría con lo nuestro, y qué mejor que compadre, que significa acercamiento y compatibilidad".

Por otra parte, en la década de los setentas en un canal de televisión un locutor llamaba "compadrito" y "comadrita" a su auditorio, y fue el cómico Luis Manuel Pelayo quien incluyó una fecha más al calendario consumista.

Recuento de una cocina mestiza

Después de la Conquista, la estructura social, ideológica y religiosa de la sociedad indígena tuvo que ajustarse a cambios radicales sobre los que surgiría una sociedad mestiza. En este contexto, la cocina no fue una excepción, pues al igual que en otros ámbitos, el mestizaje originó nuevos hábitos de alimentación.

Los españoles trajeron tocino y pan de cazabe, que se hacía con raíces harinosas encontradas en las islas del Caribe. Pero una vez establecidos en el nuevo territorio, los conquistadores trajeron de Europa diversos productos que incorporaron a la alimentación de la antigua Tenochtitlan.

El ganado, la caña de azúcar, los aceites, las grasas y los cereales, entre otros, modificaron la dieta diaria. Los indígenas introdujeron en su alimentación los nuevos productos, haciendo sus comidas más variadas en condimentación y propiedades nutritivas; por su parte, los españoles se acostumbraron a consumir chiles, tortillas, frijoles, quelites y guajolotes, con iguales resultados.

A partir de este periodo, las instituciones religiosas jugaron un papel muy importante en la nueva comida mexicana. En los conventos enseñaban a los indios otros cultivos y técnicas de conservación y preparación de alimentos: existían huertos, campos agrícolas y criaderos de ganado que eran verdaderos centros de investigación agropecuaria. El trigo traído de España se cultivó en México con gran éxito, a tal grado que después fue común ver un gran número de panaderías por toda la Nueva España. Lo mismo sucedió con el arroz, traído por la *Nao de China*, grano que más tarde se incorporó a la comida tradicional en forma de sopa preparada con jitomate, hoy conocido como arroz a la mexicana.

También el garbanzo, la lenteja, el haba y el chícharo fueron cultivos que pronto se popularizaron en todo el territorio. La coliflor, la lechuga y la zanahoria se combinaron con otros productos nutritivos como chile y frijol. La flor de calabaza empezó a capearse con huevo y harina de trigo, para freírse y servirse con alguna salsa. La jícama se mezcló con el betabel europeo, la col, la manzana, la naranja y el limón para formar exquisitas ensaladas que se comían durante las fiestas de navidad.

También el delicioso guacamole fue resultado del mestizaje, pues entonces, como ahora, se elaboraba con aguacate y jitomate mexicanos y cilantro y cebolla europeos.

Una de las principales aportaciones de los españoles a nuestra alimentación fue sin duda la introducción de distintos tipos de ganado. El puerco fue un producto que se adaptó con mucha facilidad y se incorporó a la dieta típica, como el caso de las carnitas y el chicharrón.

Así, la carne y la leche cambiaron aspectos de una cultura que no conocía estos productos, pero que finalmente los aceptó. Solamente el consumo de la leche tardó tiempo en generalizarse debido a que se descomponía fácilmente.

La caña es otro alimento de origen europeo que no tardó en hacerse indispensable en la alimentación de la población de la nueva España. En forma de conos, conocidos hasta nuestros días como piloncillo, las clases populares consumían el azúcar no refinada. Hasta hoy, este producto se utiliza para preparar dulces y postres tan mexicanos como la calabaza en tacha y los tejocotes navideños.

Asimismo, el azúcar sirvió para preparar bebidas en las grandes haciendas coloniales, donde se destilaba principalmente el chinguirito o aguardiente de caña que se producía en forma clandestina, a pesar de que durante los tres siglos de la Colonia se castigaba a quien lo fabricara. El tepache preparado con caña o piña fue otra de las bebidas populares de la época, aunque no tanto como el pulque.

El mestizaje logró tal unión, que los platillos surgidos en esta época ahora son símbolos característicos de las diferentes regiones de nuestro país. La cochinita pibil de Yucatán, las carnitas de Michoacán, los tamales oaxaqueños, el chile atole de Puebla, los frijoles

puercos de Sinaloa y el famoso mole poblano, son algunos ejemplos que pueden ilustrar cómo la cocina es fundamental en la identidad de una nación.

El mole, por ejemplo, es una delicia gastronómica cuya historia concreta la combinación hispanoindígena que originó una nueva sociedad.

Cuenta la leyenda que durante la época colonial era costumbre agradar a las personalidades y autoridades con deliciosos platillos; el mole, al igual que otros platillos, tiene su origen en este propósito. La visita del virrey a la ciudad de Puebla despertó el interés de las religiosas por halagar a tan alta autoridad. Para ello, las madres superioras encomendaron a las hermanas cocineras que pusieran todo su ingenio para preparar novedosas viandas.

Fue en el convento de Dominicas de Santa Rosa en Puebla, donde Sor Andrea de la Asunción inventó el mole: después de regresar de misa, una mañana se fue a la cocina, tomó chile ancho, mulato, pasilla y chipótles que luego doró en manteca. Puso a calentar un comal y tostó ajonjolí, molió pimienta, clavo, almendra, cacahuate, canela y anís; agregó dos tablillas de chocolate, jitomate, cebolla, ajo asado y tortillas de maíz.

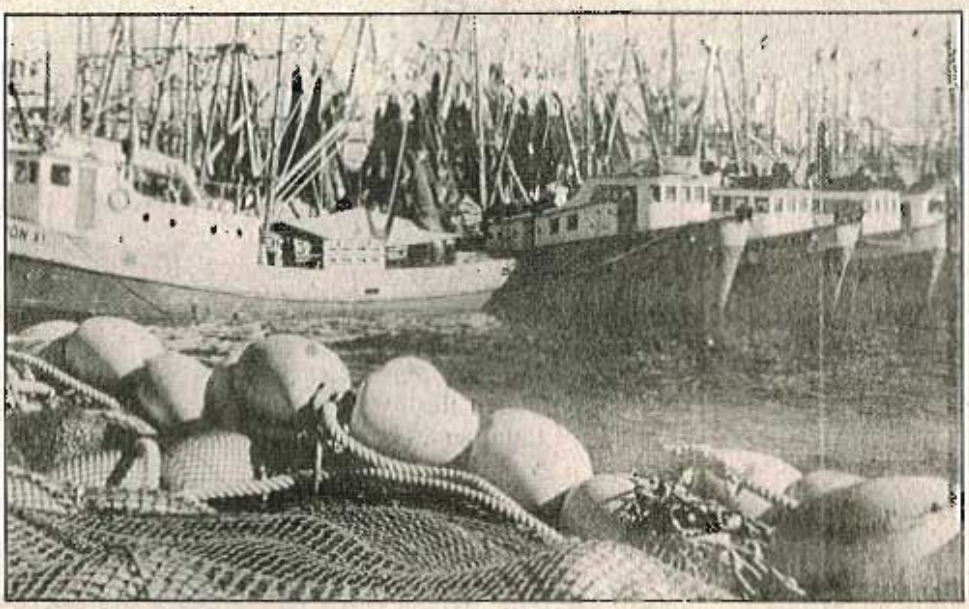
Después trituró los ingredientes hasta hacerlos polvo, para formar una pasta. Como la víspera había matado un guajolote alimentado con castañas y avellanas, completó el guiso con el caldo y la carne, surgiendo así el célebre mole poblano.

Como este platillo existen varios más que se originaron por la combinación de la cocina prehispánica y la influencia y costumbres de países europeos que se incorporaron a nuestra cultura, hasta conformar lo que hoy se conoce como cocina mexicana, en cuyos sabores, aromas y exquisita variedad reconocemos la esencia de nuestra gente.

Coordinación de Delegaciones Federales

Evolución de la producción pesquera

Ricardo Cinta Guzmán



La década de los cuarentas

La historia de la actividad pesquera en México puede resumirse como una constante sucesión de cambios cuantitativos y cualitativos hasta lograr un desarrollo que, incluso a nivel mundial, ha alcanzado significación.

En 1922, fecha de la que se tienen los primeros registros sobre las capturas pesqueras, se consignó una cifra de tres mil 800 toneladas en todo el país. Ocho años después, se registraron 11 mil toneladas y posteriormente, en 1940, el volumen ascendió a más de 71 mil toneladas.

Este acelerado crecimiento alcanzado en 18 años encuentra su explicación en los siguientes argumentos:

En primer término, en nuestros litorales operaba un número importante de embarcaciones extranjeras, que si bien no superaba en cantidad a las nacionales, sí eran superiores en tonelaje neto de registro. De un total de dos mil 195 unidades existentes en el año de 1940, que sumaba poco más de 20 mil toneladas de capacidad, el 84 por ciento correspondía a nacionales y contaba con capacidad de cuatro mil 62 toneladas. El 16 por ciento restante de las embarcaciones eran extranjeras y tenían capacidad de 16 mil toneladas.

En conjunto, esas embarcaciones capturaron cerca de 71 mil toneladas de las cuales alrededor de 47 mil, el 66 por ciento, fueron pescadas por extranjeros y desembarcadas en California, EUA. De esta manera, las nacionales aportan las 24 mil toneladas restantes, esto es, el 34 por ciento.

Las principales zonas de captura en ese año fueron la costa occidental de la Península de Baja California, en un 90 por ciento, y las costas del Pacífico Sur —desde Jalisco hasta Chiapas— en un siete por ciento; el tres por ciento restante correspondió a las demás entidades costeras y estados interiores.

En aquel tiempo, la principal pesquería registrada en nuestros litorales era la de los túnidos, que aportaban el 67 por ciento del total; le seguían el camarón con cinco mil 100 toneladas (siete por ciento), y las sardinas (siete por ciento). El 19 por ciento restante estaba compuesto por unas 100 especies principalmente de escama, entre las que destacaban el robalo y la totoaba, así como el abulón y el ostión.

La operación de la flota extranjera se concentraba fundamentalmente en los túnidos, de los cuales obtenían poco más del 97 por ciento del total capturado en aguas nacionales. Otras especies también apreciadas eran la barracuda, el mero y la cabrilla.

Hay que señalar, asimismo, que si bien en el país se desembarcaban 24 mil toneladas, poco más de 10 mil de ellas se destinaban al exterior; entre éstas, el total de las capturas de camarón y totoaba, la mitad de la langosta y una tercera parte del abulón. Esto significa que, de acuerdo con esos registros, la población de todo el país contaba únicamente con menos de 14 mil toneladas para consumo inter-

no; es decir, con sólo el 19.7 por ciento. A ello hay que agregar que sólo a la ciudad de México se enviaba el 35 por ciento de dicho total, dejando para el resto del país únicamente nueve mil 100 toneladas.

Partiendo de la disponibilidad de productos pesqueros antes anotada, la población nacional, que en 1940 era de 19.6 millones de habitantes, tenía un consumo per cápita de 0.7 kilogramos.

Debe considerarse que el levantamiento de los registros no cubría el país en toda su amplitud, además de que la producción para autoconsumo no se contemplaba en ellos, por lo que las cifras presentadas pueden estimarse conservadoras.

La industria pesquera nacional, en aquellos días, se encontraba apenas en sus inicios. El país contaba con escasas instalaciones enlatadoras de túnidos y sardina, ubicadas en la costa occidental de Baja California. Asimismo, había unas pocas congeladoras dedicadas al camarón que se localizaban, en su mayoría, en Sinaloa y Sonora.

Como puede observarse en esta breve reseña de la pesca mexicana de hace 45 años, es notorio el predominio que ejercían los extranjeros sobre nuestros recursos, hecho basado principalmente en la magnitud y tecnología de sus unidades de pesca, sin dejar de reconocer que las capturas de los nacionales, aunque escasas, aumentaban continuamente.

Por otro lado, se tenía también especial preferencia por destinar al exterior una parte importante de la producción, quedando una cantidad pequeña para la comercialización y consumo doméstico. De esta manera, la actividad pesquera se orientaba mayoritariamente a la obtención de divisas, tanto por los premios expedidos a los extranjeros como por la exportación de especies. Su contribución a la alimentación era, en cambio, reducida.

La década de los sesentas

25 años más tarde, en la década de los sesentas, la actividad pesquera registró cambios considerables, tanto en su magnitud como en su estructura y objetivos.

En primer término, nuestra flota pesquera se había incrementado hasta una cifra, en 1965, de 11 mil 521 unidades. Igualmente, las características de esas embarcaciones se habían modificado en forma notable, al contarse ya con un mil 592 barcos cuya capacidad neta de registro era superior, en cada uno, a las 11 toneladas, lo que indicaba mayores posibilidades en la autonomía de la flota.

Por su parte, las unidades extranjeras con permiso para capturar en aguas nacionales habían alcanzado la cifra más alta, en 1960, con 718 unidades. Para 1965 se habían reducido a 480, registrándose esa disminución entre los barcos de mayor capacidad.

Las capturas evolucionaron en la misma dirección que la flota, aunque más considerablemente en lo que se refiere a la participación de los nacionales con respecto a la de los extranjeros. De un total de 200 mil toneladas registradas en 1965, los primeros obtuvieron 188 mil y los segundos sólo 12 mil toneladas. Esto da una idea de la importancia que la pesca había adquirido internamente, del interés de un creciente número de mexicanos por aprovechar los recursos y del impulso proveniente de las autoridades, como se apuntó anteriormente.

En lo que se refiere a la composición de esas capturas, también ocurrieron modificaciones relevantes. El camarón pasó a ser la principal pesquería, alcanzando un total de 34 mil toneladas, es decir, el 18 por ciento de la producción nacional. Le siguieron en importancia la sardina y la macarela que en conjunto sumaron 28 mil toneladas (15 por ciento del total) y a continuación se situaron el ostión con 23 mil toneladas, las algas y sargazos con 16 mil y la anchoveta para consumo humano con 10 mil. Debe también mencionarse que las capturas de túnidos sumaban cinco mil toneladas.

Por lo que se refiere al origen de los desembarques, surgieron algunas entidades como puntos importantes. Baja California contribuiría con 64 mil toneladas del total, Veracruz con 31 mil, Sinaloa con 23 mil, Campeche con 14 mil y Sonora con 12 mil. Baja California Sur, al igual que Yucatán, registraba alrededor de 10 mil toneladas.

Las 12 mil toneladas capturadas por extranjeros, estaban compuestas principalmente por túnidos y especies de escama en general.

En esa década de los sesentas, la industria pesquera empezaba a consolidarse. Para 1968 existían 130 plantas procesadoras; 67 de

ellas eran congeladoras, dedicadas principalmente al camarón; 32 enlatadoras en las que predominaba la conserva de sardina y macarela; y 31 reductoras.

La exportación de productos pesqueros registró un crecimiento relativo más moderado, ya que en 1965 llegó a sólo 52 mil toneladas, que significaron el 28 por ciento de las capturas totales. Como es sabido, el camarón continuó siendo el principal producto en este concepto, con 15 mil toneladas. Del lado de las importaciones, se había llegado hasta 33 mil toneladas, debido principalmente a la compra de 32 mil en harina de animales marinos. Cabe señalar que el saldo de la balanza comercial era desde entonces favorable al país, al computarse una cifra neta de unos 554 millones de pesos.

De acuerdo con las cifras anteriores, en 1965 el país dispuso de 126 mil toneladas de productos pesqueros comestibles, incluyendo el saldo de las transacciones con el exterior, volumen que significó un consumo per cápita de 2.96 kilogramos, esto es, en 25 años dicho consumo se había cuadruplicado.

Durante esos 25 años se establecieron importantes bases para el desarrollo que actualmente tiene la pesca. La tecnología pesquera surgida en ese periodo en los países desarrollados empezó a aplicarse en México en los años sesentas, lo que permitió, en buena medida, realizar una pesca de mayor alcance y con mejores índices de eficacia. A su vez, esto propició el fomento de la pesca de altura y el aprovechamiento de las pesquerías masivas de nuestros litorales.

De esta manera, la pesca de altamar comenzó a tener una participación cada vez mayor, dejándose atrás la etapa de una actividad netamente artesanal. Asimismo, en el país comenzaba a integrarse sólidamente la cadena de las diferentes fases pesqueras y las industrias conexas.

Además del mayor aprovechamiento de los recursos por parte de los pesqueros nacionales, es importante constatar que en ese periodo la producción pesquera tiene ya una marcada orientación hacia el consumo interno.

Por otra parte, la demanda de harina de pescado para la fabricación de alimentos balanceados, alcanzó volúmenes significativos que, en principio, se cubrían adquiriéndose del exterior.

La acuacultura, aunque conocida y practicada desde mucho tiempo antes en nuestro país, aún no aportaba cantidades significativas de productos.

En lo que se refiere a la administración, no puede decirse que existiera entonces un programa formal y coherente que determinara las políticas y acciones de la pesca. Sin embargo, en diferentes instituciones se elaboraron estudios y proyectos orientados a plantear la problemática de la cada vez más compleja actividad y a proponer diversas alternativas para su adelanto.

DIMENSION ACTUAL DE LA PESCA

La presente década

En la década de los ochenta concurren condiciones dentro de las cuales la pesca mexicana alcanza una etapa de franco desarrollo. La madurez lograda entre los diferentes sectores participantes: la organización de las instituciones rectoras; la ampliación del ámbito geográfico de la pesca y el uso de tecnologías modernas para el aprovechamiento de los recursos, tanto en aguas marinas como continentales, constituyen los factores dinámicos de dicho progreso.

En estos últimos años cobra especial relevancia no únicamente el concepto de la explotación presente de los recursos, sino también el de su conservación para un mejor

aprovechamiento en el futuro.

Otros elementos han adquirido prioridad al paso del progreso pesquero. Un impulso decidido y armónico a los sectores y una acertada apertura y participación en el contexto internacional de la pesca.

La necesidad que tenía el país de aprovechar en mayor cantidad los recursos existentes en su Zona Económica Exclusiva, mediante la promoción para acrecentar el número y capacidad de sus embarcaciones, motivó la denuncia al Convenio de la Comisión Interamericana del Atún Tropical.

Actualmente, 48 mil 422 embarcaciones integran la flota nacional; de ellas tres mil 511 son mayores y las 44 mil 911 restantes son menores. La magnitud y posibilidades de nuestra flota constituyen el principal instrumento para evitar la operación de las embarcaciones extranjeras.

Los cambios cuantitativos y cualitativos en materia de infraestructura, en el conocimiento de los recursos, en las unidades y métodos de pesca, y en la organización y destreza de los pescadores, se han reflejado en el acceso a niveles de producción en gran escala. Rebasar el millón anual de toneladas de capturas y sostenerse por encima de él, significa que México cuenta ya con los requisitos de un gran país pesquero.

Este crecimiento presenta, por otra parte, ventajas destacadas, ya que se basa en una amplia diversidad de especies, tanto masivas para consumo humano directo e indirecto como otras que en gran variedad se destinan a la alimentación y a la obtención de divisas.

El horizonte actual de la pesca mexicana se ha ensanchado más allá de sus propias aguas. Se tiene acceso a los mares internacionales e incluso a zonas económicas de otros países.

Si bien algunas entidades continúan siendo privilegiadas en la obtención de productos pesqueros, actualmente a lo largo de ambos litorales y aun en cualquiera de los estados interiores, la pesca es una actividad vital para muchos de sus habitantes, ya que, junto con la noción de pesca como captura o recolección, surge un concepto igualmente importante: el de cultivar para cosechar.

Con la acuacultura se ha logrado incrementar el potencial de los recursos, al intervenir directamente en la producción y cultivo de especies pesqueras y al repoblar las aguas.

Considerables avances se han alcanzado en esta materia. No solamente en cuanto a un desarrollo tecnológico orientado al conocimiento biológico de las especies, sino también aplicado a su reproducción, conservación y crecimiento en condiciones naturales y artificiales.

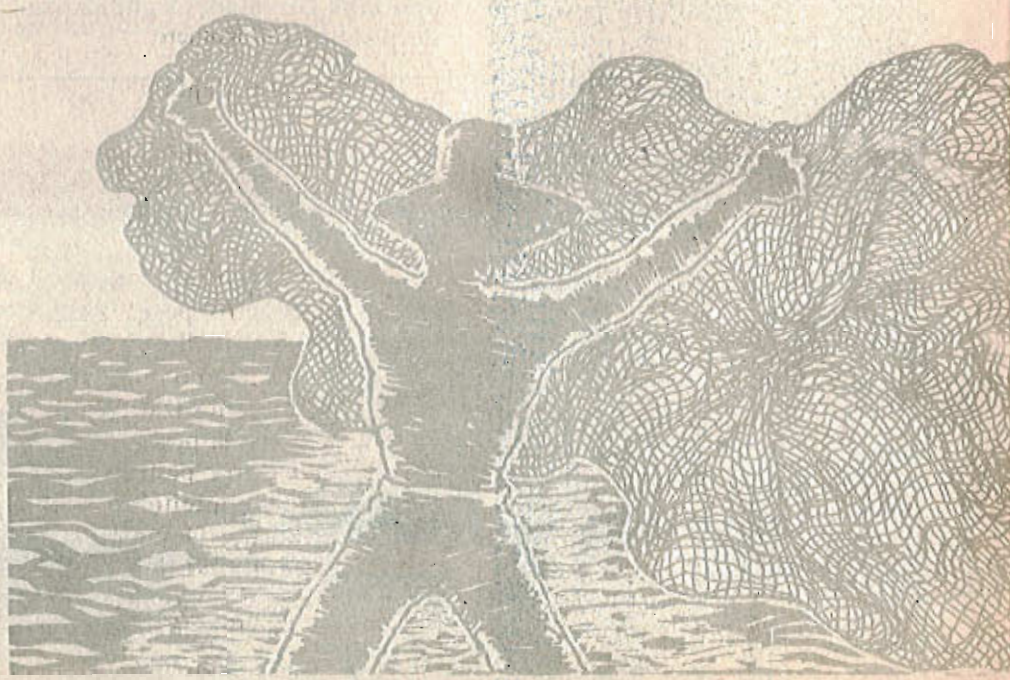
La infraestructura actual para estos propósitos permite profundizar en el conocimiento de las especies ya tradicionales e incorporar otras escasamente estudiadas, así como producir, cultivar y cosechar, en aguas marinas y continentales, en volúmenes significativos.

El dominio actual sobre todo el proceso de la acuacultura ha permitido, además, dar a estas prácticas un carácter eminentemente social y al alcance de poblaciones y regiones marginadas.

La solidez de las industrias pesqueras y conexa y de una gran cantidad de servicios que se dan en torno a la actividad, permiten ya una coordinación e integración que facilitan el flujo de las operaciones del sector en su conjunto.

La industria pesquera, por su parte, se integra hoy en día por 479 plantas procesadoras, mismas que transformaron más de 600 mil toneladas de productos pesqueros en 1984, es decir, una cantidad equivalente en tres veces a la captura total de 1965. Este dato aunado al hecho de que actualmente se procesa alrededor del 60 por ciento de la producción nacional, habla por sí mismo del grado de evolución que registra la pesca; esto es, de ser una actividad esencialmente extractiva, ahora tiene un predominio en su fase de transformación.

A su vez, la industria conexa ha alcanzado un grado importante de integración y fortalecimiento, gracias al nivel de operación de la pesca en su conjunto. De esta forma, la construcción naval observa un adelanto notorio y, junto con ella, la fabricación de partes, equipos e insumos.

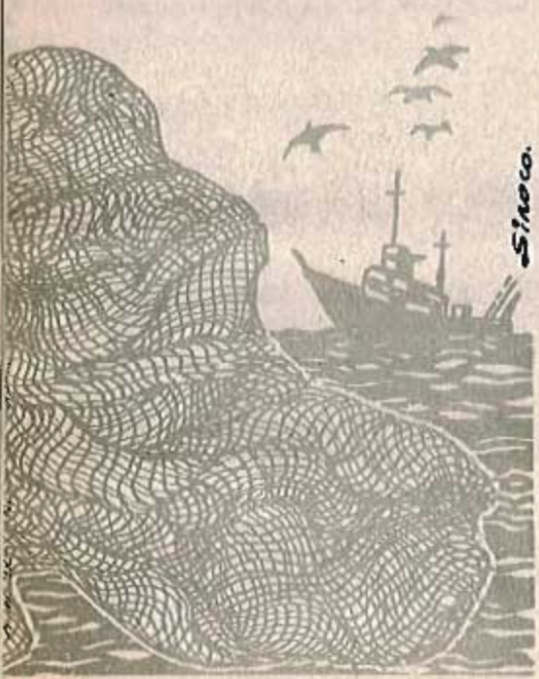


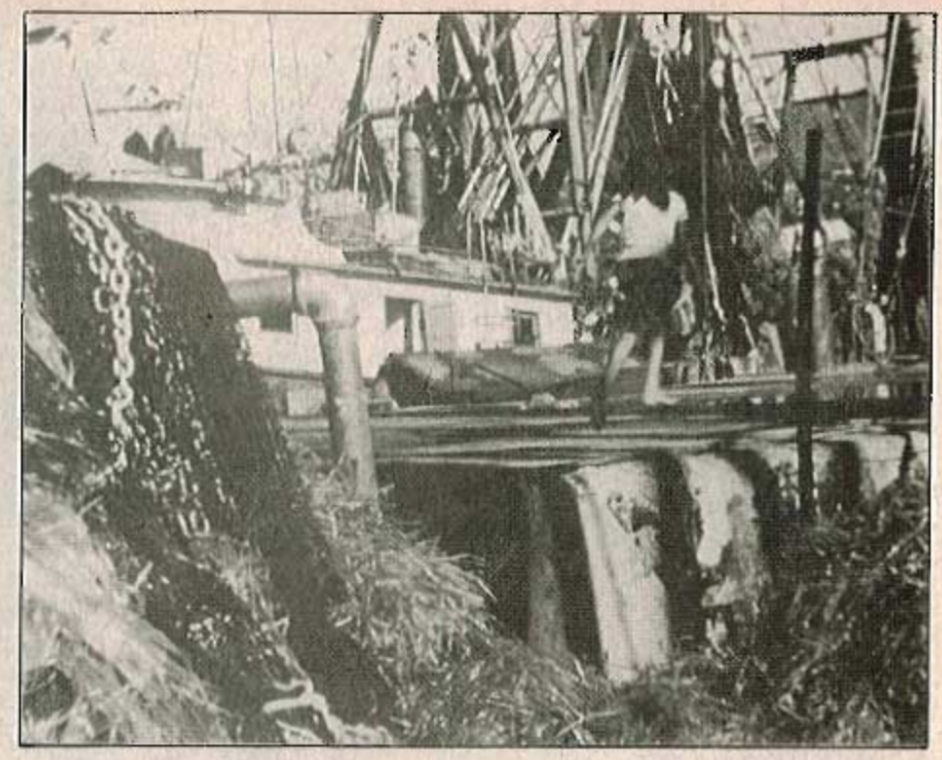
En materia de servicios sucede algo similar. Existe una gran cantidad de establecimientos comerciales, de reparación y mantenimiento que satisfacen en forma permanente las necesidades que plantea la operación pesquera en esta materia.

Desde hace ya varias décadas, la actividad pesquera se ha significado por su contribución de divisas. Esto es fiel reflejo de que la pesca exporta, en valor, más de lo que adquiere en el exterior.

En los últimos años, el saldo positivo en la balanza comercial de productos pesqueros ha crecido considerablemente alcanzando niveles sin precedentes de más de 400 millones de dólares. En este valor, el camarón ocupa el primer sitio entre las especies exportadas, con una aportación del 90 por ciento aproximadamente.

El destino que se da al crustáceo capturado ha tenido también modificaciones que deben tomarse en cuenta. De ser una pesquería que en sus inicios se dedicaba exclusivamente al mercado externo, en la actualidad las proporciones son de 64 por ciento al exterior y 36 por ciento al mercado doméstico, sin considerar el autoconsumo del crustáceo.





Por el lado de las importaciones, el principal artículo adquirido es la harina de animales marinos, renglón que contribuye con más del 75 por ciento de valor total. Cabe comentar que estas compras se han venido sustituyendo por producción nacional, en forma tal que en el periodo de los últimos veinte años, las adquisiciones disminuyeron en más de 10 mil toneladas.

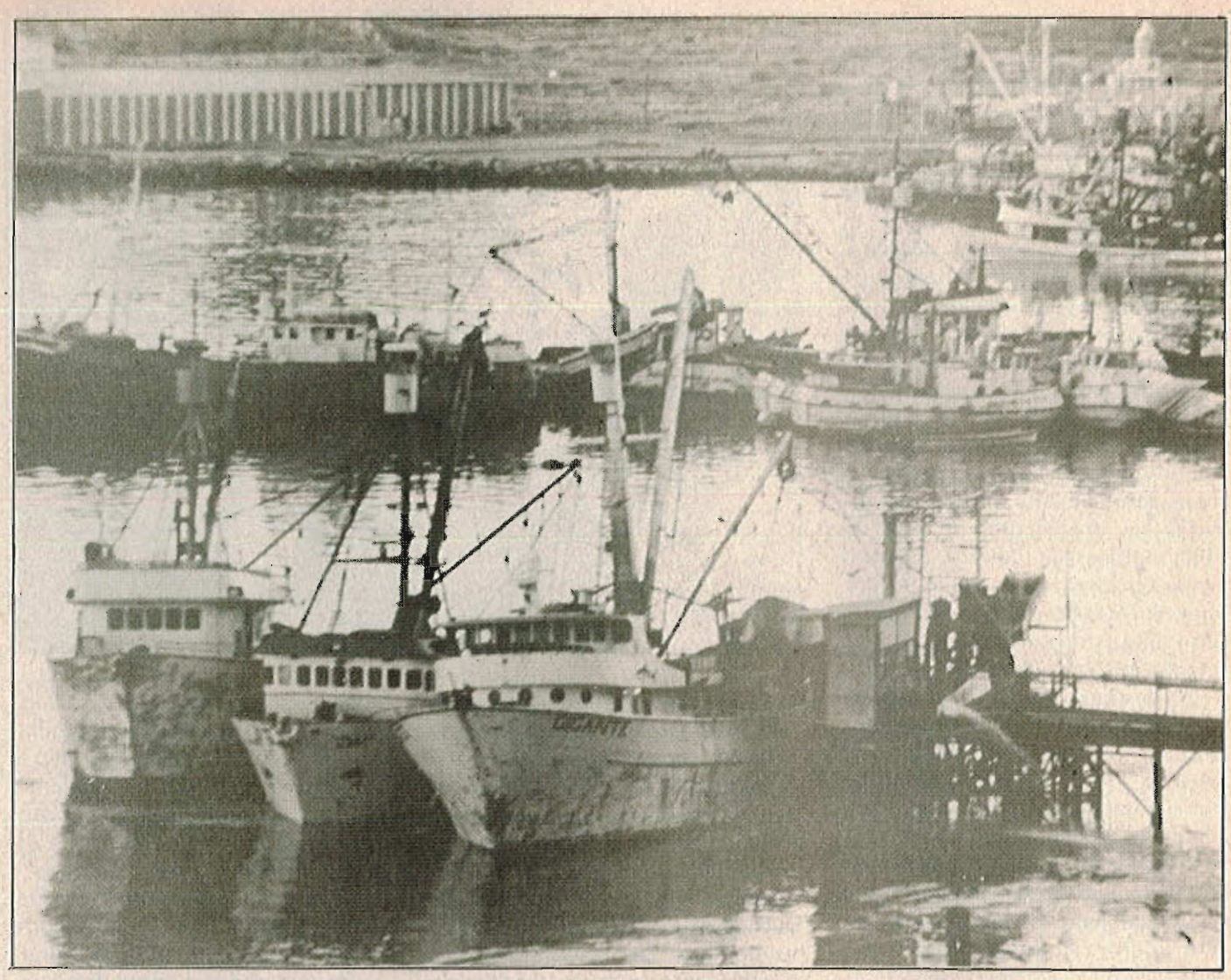
En el mismo año de 1984, el consumo promedio por habitante, estimado de las capturas en peso de desembarque y considerando el comercio con el exterior, fue de 13.3 kilogramos, de los cuales 8.68 se consumieron directamente en tanto que 4.62 se consumieron indirectamente.

De estos elementos se deriva el que es, probablemente el más importante: la disponibilidad de productos pesqueros, que consiste en estimar la cantidad que llega al mercado interno en sus diferentes presentaciones, deducidas las exportaciones e incorporadas las importaciones.

Este relevante aspecto es uno de los principales indicadores para observar el resultado de la pesca como actividad económica prioritaria. En 1984, la disponibilidad fue de 628 mil toneladas, que se integraron en la forma siguiente: 545 mil toneladas (87 por ciento) fueron para consumo humano directo y 82 mil (13 por ciento) para consumo humano indirecto. Del primer concepto, el 78 por ciento fue de frescos y el resto de congelados, enlatados y otras presentaciones.

Sobre estos niveles de consumo es necesario hacer algunas consideraciones. En primer término se habla de promedio, lo que impide observar la estratificación real de dicho consumo. Además, dicho cálculo no incluye la pesca de autoconsumo, que como se sabe, constituye el alimento básico y permanente para un gran número de familias que habitan las zonas ribereñas, tanto de los litorales como de las aguas continentales.

Lo anteriormente expuesto hace reflexionar sobre la importante transición del sector pesquero mexicano. Los cambios se han dado en todos los campos de pesca. Cuantitativamente, se tienen ahora más programas de investigación; más unidades de pesca;



mayor número de puntos de desembarque y centros de recepción; más plantas procesadoras e industrias conexas; centros de acuacultura; y un mayor número de pescadores, obreros de la pesca, prestadores de servicios y, sobre todo un mercado más amplio, más diversificado y en continua expansión.

En algunos aspectos, estos cambios cuantitativos han dado por resultado cambios cualitativos que, a su vez, se han revertido en cuantitativos en un proceso incesante. La diversificación de las capturas se ha ampliado más de tres veces; en la estructura de la flota se tiene, desde las embarcaciones más sencillas hasta las modernas de gran calado; la infraestructura portuaria incorpora ya los avances tecnológicos más recientes; la investigación y la acuacultura se apoyan en los últimos adelantos y equipos, el pescador posee más amplios conocimientos en las modernas técnicas de captura.

La contribución a esos cambios cualitativos a generar variaciones cuantitativas, ha transformado la pesca de una actividad básicamente artesanal, extractiva, dispersa, sin suficiente dirección y orientada fundamentalmente al exterior y al consumo de los mercados locales cercanos a los puntos de desembarque en un sector industrial moderno, integrado e integral; con significativos avances en el cultivo de las especies; orientando básicamente al mercado interno; y con una participación rectora del estado encauzada a la administración y fomento que armoniza la intervención de los agentes productivos dentro del contexto de una economía mixta.

Estos cambios han dado a la pesca una nueva dimensión. Se ha elevado la conciencia nacional pesquera y se ha logrado ocupar un lugar relevante entre los países que más aprovechan estos recursos. Esa nueva dimensión permite participar a la pesca en la economía nacional con mayores aportaciones para el bienestar de la población.

Tomado de *Desarrollo Pesquero Mexicano* **1o. de diciembre 1982-1985. Secretaría de Pesca. México, 1985.**

La campaña de vacunación antipoliomielitis

Enrique Parada

A mediados del presente siglo, en México aparece una enfermedad que se convirtió en epidemia: la poliomielitis. Entonces se hizo común encontrar en las escuelas niños con aparatos ortopédicos. Era 1950, "el año de la polio".

"La defecación al aire libre, la contaminación del agua y la falta de higiene en la preparación de alimentos son las principales causantes del virus de la poliomielitis, que se propaga a través del medio ambiente y se convierte en epidemia por los movimientos migratorios", afirma el doctor Ignacio Guzmán Garduño, coordinador de los **Dias Nacionales de Vacunación contra la Poliomielitis.**

A la fecha, en nuestro país cientos de miles de niños han padecido esta enfermedad. Basta citar como ejemplo los cinco mil brotes de polio en la República que se han presentado en los últimos diez años.

"Los estados que presentan mayor índice en casos de poliomielitis son Chiapas, Campeche y Yucatán, por la constante inmigración de guatemaltecos a esta zona", agrega el doctor Guzmán.

Acerca del contagio Guzmán Garduño explica: "el virus salvaje entra al organismo a través de la boca, pasa al intestino y a la faringe donde se multiplica y disemina

por el torrente circulatorio. El periodo de incubación es de una a tres semanas, en las que se presentan síntomas como fiebre, diarrea y vómito, para posteriormente pasar a una segunda fase caracterizada por parálisis muscular y alteraciones del encéfalo con perturbaciones nerviosas".

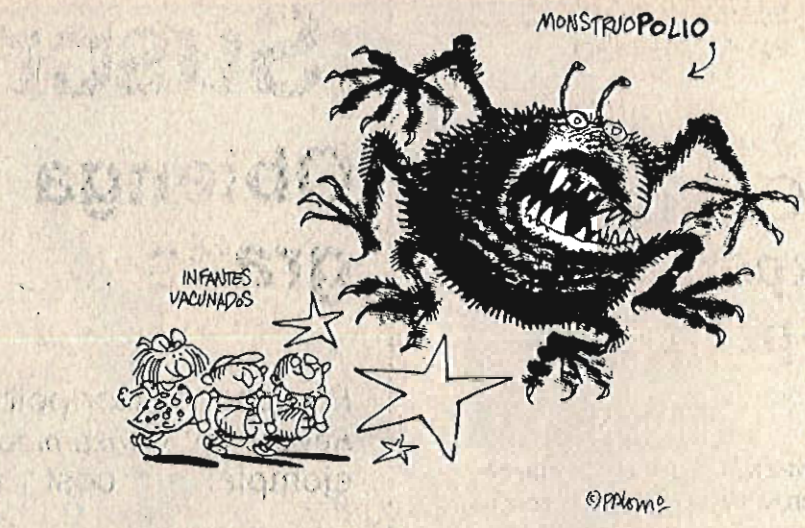
Los niños propensos a contraer este virus —añade el doctor— son aquellos que carecen de anticuerpos por herencia de la madre. De ahí la necesidad de aplicar la vacuna, ya que por su conducto se obtienen las defensas contra el virus de la polio".

Los daños que ocasiona la poliomielitis dependen de la zona donde se localiza la bacteria en el momento de la inoculación.

Si la parálisis ya es progresiva y afecta a los músculos respiratorios, a la vejiga y al intestino, la lesión es permanente. Del cien por ciento de casos con polio un 25 por ciento es de este tipo.

Asimismo, el coordinador de la campaña de vacunación dice que los niños menores de cinco años son los más suceptibles de contraer este padecimiento, principalmente entre los dos y tres años de edad, donde se encuentra el 90 por ciento de los afectados.

La poliomielitis paralítica, conocida en la antigüedad como *parálesia*, se combatió por primera vez en México en 1956 con la *Vacuna Salk*, es decir, con la inoculación del virus muerto.



"Entre las preocupaciones del sector salud, combatir este padecimiento llamado enfermedad *Heine-Medin*, ha sido uno de los principales propósitos. De este modo, a partir de 1981 se han establecido campañas de vacunación antipolio en toda la República. Con éstas —señala el doctor Guzmán— disminuyó considerablemente el número de brotes, aunque no se ha erradicado por completo. Por tal motivo, a instancias del Presidente de la República, y con base en el acuerdo de la Organización Panamericana de la Salud, se ha establecido, al igual que en otros países de América, *Los Días Nacionales de Vacunación Antipoliomielitis*, correspondiendo a nuestro país el 18 de enero y el 15 de marzo".

Para llevar a cabo esta campaña se establecieron más de ochenta mil locales de vacunación en todas las poblaciones del país, incluyendo los centros de salud, hospitales y clínicas del sector oficial, y se cuenta con la participación de 300 mil voluntarios.

"Estas campañas —comenta Guzmán Garduño— tienen como objetivo acabar para 1990 con este flagelo de la salud igual que se hizo años atrás con la viruela.

"Con la participación de la población es una meta fácil de alcanzar a mediano plazo. En Brasil se tenían índices de polimielitis más altos que los nuestros y en un lapso de cinco años se ha logrado extinguir este mal", ejemplifica el especialista.

Para estos *Días Nacionales de Vacunación Antipoliomielitis* se adquirieron 32 millones de *Vacuna Sabin*, "la cual tiene mejores resultados que la *Salk*. La *Vacuna Sabin* compuesta por virus vivo —explica Guzmán Garduño— entra por vía oral, como lo hace el virus salvaje y contraataca, por tanto, en la misma forma de afección: así, si la bacteria está en el organismo la elimina rápidamente y, por el contrario, si ésta llega a introducirse después de aplicarse la vacuna, se repele de inmediato, ya que ésta se encuentra en actividad constante".

Para finalizar, el coordinador de los *Días Nacionales de Vacunación*, explica que: "no importa que los niños hayan sido vacunados contra este padecimiento, como se hace cada año con los menores de cinco años de edad, ya que la vacuna no provoca alteraciones de ningún tipo en los pequeños. Por tal motivo, exhorto a toda la población a ser, como lo hizo el 18 de enero, un voluntario activista que recuerde y promueva el 15 de marzo como un día para reafirmar el cariño y el cuidado a los niños".

Contra las exportaciones peligrosas

Septiembre de 1985 marcó el comienzo de un esfuerzo compartido por parte de varios organismos no gubernamentales para terminar con las exportaciones dañinas de la Comunidad Europea, en cuanto a fármacos y pesticidas. La Organización Internacional de Asociaciones de Consumidores (OIAC) unió esfuerzos con la Coalición Internacional de Acción para el Desarrollo (CIAD), la Oficina Europea del Medio Ambiente (OEMA) y algunas otras, para crear la Coalición Contra las Exportaciones Peligrosas (CCEP).

La Coalición tiene dos objetivos principales: presionar a la Comunidad Europea y a sus estados miembros para controlar estrictamente las exportaciones de pesticidas, farmacéuticos y desechos químicos potencialmente peligrosos, así como frenar el comercio de semillas, sustitutos y complementos de leche materna.

La primera publicación de la CCEP que trata sobre el comercio de farmacéuticos y químicos de la Comunidad Europea, fue dada a conocer el 25 de septiembre de 1985 en conferencia de prensa. La publicación, cuyo título es *Autorizado para exportación: análisis de comercio químico y farmacéutico de la Comunidad Europea*, hace una relación documentada y minuciosa de cómo pesticidas y fármacos prohibidos, fuera de uso o severamente restringidos en la Comunidad Europea, son vendidos ampliamente en el Tercer Mundo. Información inadecuada o simple-

¡Suscríbase!

Obtenga una revista gratis

Por cada suscripción anual (12 números) a la *Revista del Consumidor*, usted recibirá un ejemplar sin costo adicional.

Envíe hoy mismo un giro postal por la cantidad de $600.00 (SEISCIENTOS PESOS 00/100 M.N.) a nombre de:

INSTITUTO NACIONAL DEL CONSUMIDOR
ADMINISTRACION DE CORREOS núm. 44
C.P. 03100 MEXICO, D.F.

Le rogamos especificar en el giro postal los siguientes datos:

NOMBRE O EMPRESA _____
DIRECCION _____
COLONIA _____ DELEGACION _____
CIUDAD _____ ESTADO _____
CODIGO POSTAL _____ TELEFONO _____

A vuelta de correo recibirá mensualmente la *Revista del Consumidor*.

Para cualquier aclaración o duda sobre suscripciones, favor de comunicarse al teléfono 559-73-77 extensión 132, de la Unidad de Distribución del INCO.

Consumidor

¿Quiere mejorar su revista?

Hasta ahora, los lectores interesados en los problemas de consumo han sido nuestro apoyo. Día con día, desde hace nueve años, damos con usted las pequeñas batallas para llegar a más gente y hacerlo de la mejor manera posible. Usted puede ayudarnos: complete este cuestionario cuando tenga un poco de tiempo y envíelo a Insurgentes Sur 1228, 5o. piso, Delegación Benito Juárez, C.P. 03210 México, D.F. Será bienvenido.

1 ¿Cuáles son los artículos que más le interesaron en este número?

_____

_____

_____

¿Por qué?

_____

_____

_____

2 En su opinión, ¿la *Revista del Consumidor* aporta soluciones a sus problemas de consumo?
Sí ☐ Poco ☐ No ☐

3 ¿Qué temas y/o problemas le gustaría que se trataran en la revista?

_____

_____

_____

4 ¿Qué le disgusta de la revista? (Por ejemplo la portada, el tamaño de las letras, la impresión, las fotografías, los temas, el diseño, el tipo de papel, etcétera).

_____

_____

_____

mente inexistente sobre posibles consecuencias dañinas, así como el hecho de que frecuentemente los controles establecidos para su uso no son suficientes, han significado un gran número de muertes y de sufrimiento humano.

Europa encabeza el comercio de pesticidas y farmacéuticos. Cerca del 50 por ciento de las exportaciones de farmacéuticos son controladas por compañías pertenecientes a la Comunidad Europea. Un increíble 61 por ciento del total de las exportaciones de pesticidas son hechas también por compañías europeas. No obstante, el documento publicado por CCEP señala que es frecuente encontrar en la legislación que controla a pesticidas y farmacéuticos la frase de "estas directrices no serán aplicadas a productos exportados a países no miembros" de la Comunidad Europea.

Cuando Europa tuvo que afrontar la posibilidad de **recibir** productos nocivos que habían sido prohibidos en Estados Unidos, el vocero de una comisión formada para afrontar el problema, declaró al Parlamento Europeo: "La Comisión considera que cualquier país que participe del comercio internacional debe asegurar que los productos nocivos a usuarios o consumidores no sean exportados".

Europa obtiene grandes beneficios del comercio internacional de farmacéuticos y pesticidas, por lo que tiene la gran responsabilidad de asegurar la más alta calidad en ese comercio. Como ejemplo se puede tomar el caso de una de las compañías que lideran la producción de pesticidas: la Shell holandesa, que tuvo el 7 por ciento de sus ganancias en 1980 de la venta de tres pesticidas —*aldrin, childrin* y *endrin*— cuyo uso es prohibido o severamente restrigido en la Comunidad Europea. Otro ejemplo notorio es el de la compa-

ñía alemana Hoechst, que en 1984 derivó el 5 por ciento del total de producción de fármacos que contenían *dipyrone*, sustancia que es severamente restringida o simplemente prohibida en muchos países industrializados, por ser causante potencial de enfermedades mortales de la sangre.

No obstante, en Colombia, en Ecuador y en América Central, la compañía Hoechst recomienda sus productos conteniendo *dipyrone* para tratar todo: desde un simple dolor de cabeza y resfriados hasta el cáncer, sin ninguna advertencia acerca de sus consecuencias.

El documento publicado por la CCEP enfatiza que mientras los estados miembros de la Comunidad Europea firman recomendaciones internacionales sobre el control de productos dañinos y peligrosos (como los emitidos por Naciones Unidas, FAO, Banco Mundial), éstos no han tomado ninguna medida a nivel regional ya que ni si quiera toman en cuenta las demandas hechas por el Parlamento Europeo. Ante la negativa de los países miembros de la Comunidad Europea de responder satisfactoriamente a las iniciativas internacionales y del Parlamento Europeo, la campaña iniciada por CCEP contra la exportación de productos nocivos se hace necesaria.

Del reporte elaborado por la coalición se desprende que la información y estandards de seguridad que protegen a los consumidores europeos, simplemente no se aplican a los países del Tercer Mundo. Inevitablemente esto hace que los consumidores tercermundistas se vean más afectados, ya que frecuentemente su legislación nacional es inadecuada u obsoleta.

Entre los meses de noviembre de 1984, y junio de 1985, circularon 60 mensajes de grupos de consumidores alertando sobre el peligro de exportaciones a través de una cadena de consumidores formada por más de 60 corresponsales en cerca de 42 países.

La principal recomendación hecha en el documento —y que la IOAC apoyará— es que la Comunidad Europea y sus gobiernos miembros lleven a cabo las acciones legislativas necesarias de manera que las prohibiciones de

uso de pesticidas y fármacos vigentes en Europa sean también aplicadas a sus exportaciones. En lo que respecta a productos para exportación con severas restricciones de uso (cuya mayor parte son pesticidas y fármacos) o que no han sido aprobados para su uso en Europa, el reporte publicado por la CCEP recomienda que cuando menos se exija proporcionar al receptor información completa sobre su uso correcto.

Existen dos opciones para dar esa información: por medio de una notificación o a través de un consentimiento expreso del país importador. La primera opción consistiría en informar a las autoridades del país importador acerca de las restricciones, porhibiciones y controles que pasan sobre todas las exportaciones antes de que éstas sean embarcadas hacia el país destinatario. La opción del consentimiento expreso va un paso más allá que la primera, pues las autoridades del país una vez informadas deben específicamente pedir el envío del producto.

La OIAC también ejercerá presión para lograr un acceso libre y oportuno a la información sobre productos cuyo uso no ha sido aprobado o está prohibido en Europa y sin embargo están siendo exportados a otros países. Esto permitirá al consumidor y a otras agrupaciones en los países exportadores e importadores influir sobre las decisiones tomadas por sus gobiernos.

Como parte de su programa, la OIAC prepara un documento de políticas hacia la exportación de productos nocivos que será finalizado a mediados de 1986.

La OIAC utilizará este documento de posición y la evidencia vertida en el documento preparado por el CCEP para generar acciones inmediatas de parte de todos los gobiernos para frenar el doble trato que se da a productos dañinos en el comercio internacional.

El reconocimiento por parte de los gobiernos de la necesidad de tomar las medidas necesarias para proteger la seguridad y la salud de los consumidores, está contenido en las Directrices para la Protección del Consumidor aprobadas por las Naciones Unidas (adoptadas el 9 de abril de 1985). Ya que estas directrices no señalan específicamente las acciones a emprender, es necesario que los gobiernos desarrollen y refuercen las vías de información sobre productos prohibidos o severamente restringidos, de manera que los países importadores puedan protegerse adecuadamente de los posibles efectos dañinos de estos productos; asimismo el esfuerzo de los gobiernos debe ir encaminado a no permitir variaciones en la información o calidad dada en los productos que pueden afectar negativamente al consumidor.

Las asociaciones de consumidores no pueden estar satisfechas con sus gobiernos hasta que no se logre un mínimo de respeto a los principios de cooperación y solidaridad internacionales, de manera que se asegure que los productos porhibidos o de uso restringido, no se autoricen para la exportación.

Basado en artículos escritos por Andrew Chettley, Coordinador Europeo de HAI.

La pesca en México

Oscar Romero

La tierra es un mundo de agua. El 71 por ciento de su superficie está cubierta por océanos. Si la humanidad crece más rápido que las cosechas, una importante opción es recurrir a la gran abundancia de comida fresca y nutritiva que se encuentra en el agua.

Actualmente se capturan en el mundo cerca de 70 millones de toneladas de especies marinas; nuestro país ocupa el décimo octavo lugar en este renglón.

Sin embargo, la importancia de la pesca en México radica no sólo en la capacidad para obtener alimentos, sino también para generar empleos, divisas y bienestar: en la República existen cerca de mil comunidades que dependen de la pesca.

Contribuir a mejorar la alimentación de la población, generar empleos, especialmente en las zonas y grupos más rezagados; captar divisas mediante la exportación de productos pesqueros, y promover el desarrollo regional y comunitario, así como mejorar los niveles de vida de los trabajadores que se dedican a la pesca, son los objetivos del sector pesquero que se encuentran contenidos en el Plan Nacional del Desarrollo.

La captura actual de especies marinas en nuestro país alcanza ya el millón y medio de toneladas. Para el año de 1988, se prevé incrementar la producción pesquera hasta los dos millones y medio de toneladas, de las cuales dos millones 150 mil corresponderán a captura, y el resto a acuacultura.

En cuanto a la industrialización, del total de la materia prima, el 40 por ciento se destina al proceso de congelado, el 33 por ciento se enlata, el 24 por ciento sirve para la fabricación de harina y el resto para otras presentaciones.

En el año de 1984 se consumieron en nuestro país más de 700 mil toneladas de pescado, mientras que más de mil toneladas se destinaron a la exportación. Para el período de 1985-88, el Plan Nacional de Desarrollo prevé una tasa me-

dia anual de crecimiento del 4.8 por ciento.

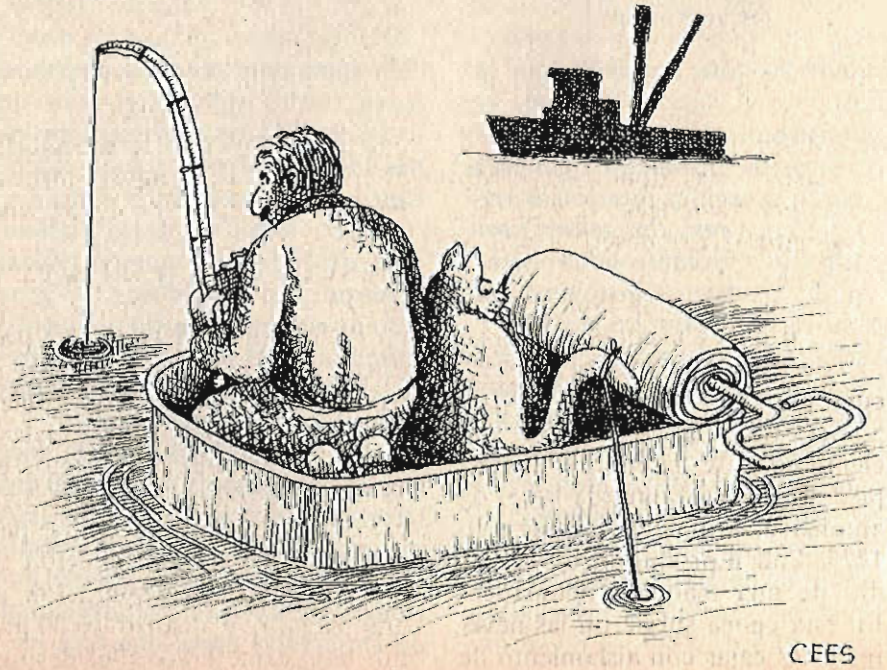
Sin embargo, pese a que existen más de 200 especies de pescado en nuestro país, y no obstante que muchas de ellas son muy baratas y nutritivas, el consumo de pescado en México es muy reducido. Mientras que en países como Japón el consumo anual de pescado llega a 33 kilos por habitante, en México se calcula que es apenas superior a los 11.2 kilos.

Para México resulta indispensable explotar su riqueza marítima. Nuestro país ejerce jurisdicción y derechos de soberanía sobre una extensión de 200 millas náuticas. En esta extensión, denominada Zona Económica Exclusiva, México tiene los derechos de soberanía de exploración, conservación y administración de recursos naturales, tanto renovable como no renovables.

Los demás países, sin embargo, gozan de la Zona Económica Exclusiva de libertad de navegación y sobrevuelo, así como para tender cables y tuberías marinas y para otros usos relacionados con la navegación y las comunicaciones.

La ley internacional que nos reconoce el derecho a las 200 millas, impone una obligación insoslayable: explotar esos recursos o permitir que otros estados lo hagan.

Serviría de poco aplicar la jurisdicción sobre el área exclusiva si no se desarrolla la capacidad para tomar los recursos que en ella existen.



Por tanto, en el Plan Nacional de Desarrollo se trazan las líneas para impulsar el avance de la actividad pesquera. México actualmente dispone de más de 27 mil grandes embarcaciones y otras cuatro mil menores.

En las aguas mexicanas habitan aproximadamente mil 400 especies, de las cuales más de 200 son comestibles. Las especies que más se capturan en nuestro país son la sardina, el atún, barrilete, bonito, mojarra, mero, sierra, tiburón, cazón, lisa, pulpo, guachinango, tortuga, almeja, corvina, abulón, robalo, langosta y camarón.

Sin embargo, a últimas fechas se ha ampliado la pesca y comercialización de pescados baratos como el peto, conejo, tontón, chucumite, gurrubata, tigre, ronco, payaso y el sargo.

Con el programa de fomento pesquero y las campañas de apoyo a la comercialización de estos productos, para el año de 1988 se espera aumentar el consumo de pescado hasta 15.50 kilos por persona en nuestro país.

La refrigeración: una fría historia

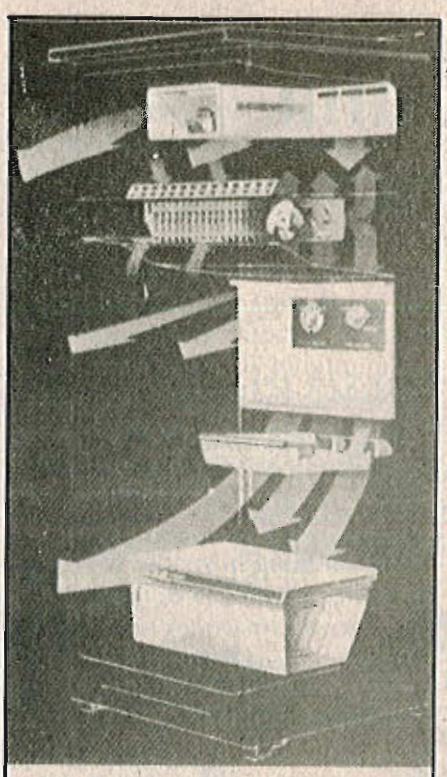
Enrique Parada

Desde hace miles de años el hombre conservaba sus alimentos metiéndolos en las aguas de los ríos o colocándolos en cuevas húmedas. Posiblemente no se sabía cómo actuaba el frío sobre los alimentos, pero estos métodos fueron la base de los actuales sistemas de refrigeración.

En el origen de la civilización, los hombres aprovecharon corrientes de aire frío en cuevas, zonas profundas e invernaderos para conservar los alimentos. Sin embargo, con estos métodos sólo se lograba una reducción moderada de la temperatura, a diferencia de las zonas árticas, donde la comida se conservaba congelada, y de manera natural era descongelada y consumida.

Una vez conocida la importancia del frío para la conservación de los alimentos, el hombre se preocupó por saber cómo obtenerlo de manera artificial. Así, en 1683 el científico Hire descubrió las propiedades refrigerantes de la sal de amoníaco, y un siglo después, en 1775, Cullen produjo frío por medio de una máquina neumática. En esta época surgieron las neveras y las cajas con aislamiento de corcho, en cuya parte superior se encontraba un compartimiento para el hielo, provisto de un canal de desagüe.

En el siglo XIX se vislumbra "el periodo del frío", aunque ya en esos años se congelaban los productos durante el invierno y se transportaban en carretas cubiertas con hielo para su comercialización. A mediados de siglo, en 1857, el científico francés Carre, construyó una máquina que permitía obtener una reducción de temperatura por evaporación de amoníaco, que alcanzó los 30 grados bajo cero. Trece años después



Esquema de distribución del frío.

se dio el gran salto a la refrigeración mecánica, cuando un gran navío llamado el "Frigorífico" transportó carne congelada de Europa a América. La travesía que asombró a los escépticos tuvo dos consecuencias: que el responsable del viaje, Charles Tellier, ganara en los documentos históricos el sobrenombre de "el padre del hielo", y la aparición de la industria del frío.

Al principio el público se resistía a consumir los alimentos refrigerados por medio del frío artificial, argumentando que éstos perdían su calidad y sabor. A comienzos de este siglo cobraron auge las bodegas refrigeradas, pero aún no existían aparatos frigoríficos en los hogares y en las tiendas, por lo que los productos se descongelaban durante el trayecto del mercado al hogar.

Clarence Birdseye fue el pionero de los refrigeradores domésticos en la década del 30 al 40. En 1920 este investigador inició la búsqueda de procesos de congelación rápida. Así, la industria del frío tuvo a la vez dos creadores: Tellier y Birdseye.

¿Cómo funciona?

El proceso de refrigeración consiste en extraer calor de un sistema para producir y mantener temperaturas subatmosféricas, basándose en tres principios de física: al poner en contacto dos cuerpos que están a diferentes temperaturas el caliente cede calor al frío; un cuerpo que se evapora absorbe calor; un cuerpo que pasa del estado sólido al líquido succiona calor.

Para realizar este proceso los refrigeradores tienen una sustancia llamada refrigerante compuesta por amoniaco o gas freón que recorre todo el aparato absorbiendo el calor. Este se elimina constantemente a través del condensador, el cual invariablemente está en la parte inferior del aparato.

Con objeto de mantener la temperatura adecuada, los refrigeradores son manufacturados con paredes huecas divididas por una capa aislante y en la puerta un empaque magnético que evita la fuga del frío.

"El refri": mejor amigo del alimento.

"Los cambios químicos que se originan después de la recolección, pesca o sacrificio de algunos productos, hacen que éstos, en muchas ocasiones se pudran. La utilidad que tiene la refrigeración se debe a que detiene o destruye a las enzimas, sustancias naturales en todos los organismos y microorganismos, que se desarrollan en los alimentos y que son causantes de la descomposición", explica la maestra en ciencias, Josefina Morales de León, jefa de Ciencia y Tecnología de Alimentos del Instituto Nacional de la Nutrición (INN).

El doctor Potter ilustra lo anterior en su libro **La ciencia de los alimentos**: "la multiplicación de bacterias de la leche a temperatura ambiental es de más de 24 mil por milímetro cúbico, por lo que es de fácil descomposición".

La temperatura ambiente corrompe los alimentos

No es una fantasía exagerada cuando se dice que poblaciones enteras han muerto por no tener un sistema de refrigeración. La temperatura normal del medio ambiente es perjudicial para la conservación de alimentos, ya que en unas cuantas horas se hacen inservibles para el consumo.

Encontrándose tan distantes los lugares de producción de vegetales, las zonas pesqueras y los centros de sacrificio de animales, ¿qué sería de nosotros sin sistema de refrigeración?

Para apreciar la importancia de la refrigeración, ofrecemos la gráfica comparativa de duración de alimentos a diversas temperaturas.

Promedio de duración útil por días de almacenamiento

Producto	0°C (refrigeración)	22°C (temperatura ambiente)
Carne	6-10 días	1 día
Pescado	2-7 días	1 día
Aves	5-18 días	1 día
Frutas	2-18 días	1 a 20 días
Hortalizas	3-20 días	1-7 días

Fuente: **La Ciencia de los Alimentos** de W. Potter, pág. 206.

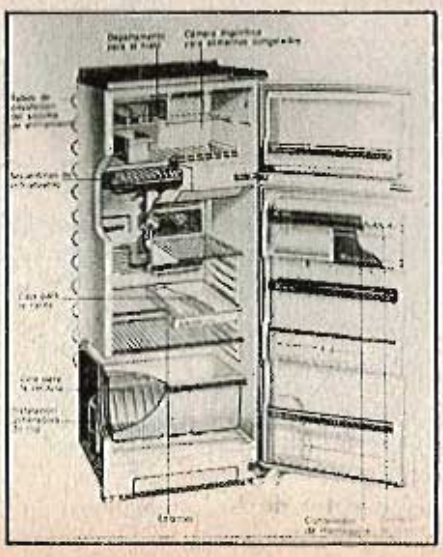
"La refrigeración de los alimentos, añade la especialista del INN, consiste simplemente en retardar su deterioro y descomposición, así como mantener la calidad, color, sabor y aporte nutricio. Las enzimas retardan la reproducción de microorganismos, por lo que duara más el producto. En cambio, en la congelación, el crecimiento microbiano se suspende totalmente".

La refrigeración puede alcanzar una temperatura hasta de 4 grados bajo cero, mientras que la congelación expone a los alimentos hasta temperaturas de 18 grados bajo cero.

A pesar de la eficacia de la congelación deben tomarse precauciones al emplear este método, ya que afecta a determinados productos, en especial a verduras, frutas y líquidos.

La especialista del INN señala que únicamente deben congelarse productos de buena calidad y en buenas condiciones. Este proceso de conservación es muy útil para carnes de todo tipo de pescado, no así para vegetales, los cuales tienden a 'quemarse' por el frío extremo y a agrietarse, dejándolos susceptibles a los ataques de los microorganismos.

Tampoco la leche debe congelarse, ya que al cuajarse se desnaturaliza la proteína porque "la emusión se rompe y la grasa se separa", escribe Potter en su texto.



Los productos correctamente refrigerados no pierden sus valores nutritivos. Sólo en caso de que los alimentos se refrigeren o congelen sin una adecuada protección se provoca la oxidación de éstos, destruyéndose principalmente las vitaminas.

Por ello se recomienda que nunca se metan los prductos al refrigerador tal y como se adquirieron, sino que deben limpiarse bien para quitar los contaminantes que pudieran afectar a los demás alimentos.

Desde los experimentos de Allen han pasado muchos años y en la actualidad la refrigeración es simplemente algo que existe y en lo que ni siquiera nos ponemos a pensar. Sin embargo, este breve recorrido por la historia del refrigerador nos muestra cómo la humanidad tardó varios siglos en descubrir el mecanismo para crear frío y poder, así, conservar en buen estado sus alimentos.

Use eficazmente su refrigerador

—Descongele el refrigerador cuando se haya formado alrededor del congelador una capa de hielo de más de medio centímetro de espesor. Así, será higiénico y el refrigerante trabajará con eficiencia.

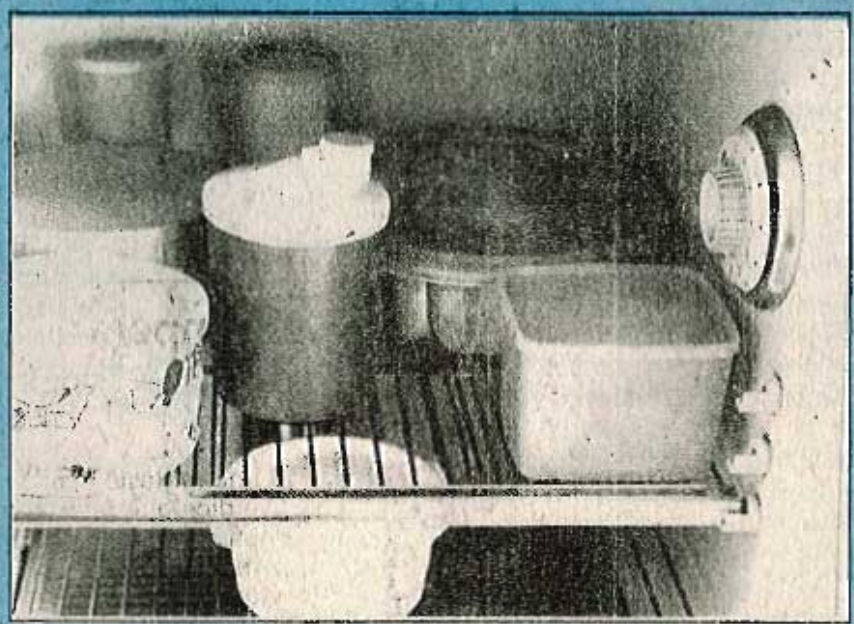
—No introduzca comida caliente. Déjelos enfriar afuera hasta que alcance la tempertura ambiental.

—Tape siempre los líquidos o los alimentos húmedos, porque la acción del refrigerador los seca y la humedad que desprenden va a acumularse y congelarse disminuyendo la labor del aparato.

—No forre con papel encerado o aluminio la parrilla del refrigerador, para evitar el goteo. El aire debe circular libremente dentro del aparato.

—Coloque su aparato refrigerador en la parte más fresca de la cocina. Aléjelo lo más posible de la estufa. El aire debe circular libremente alrededor de él.

—No abra el aparato más veces de las que necesita, ni lo deje abierto más que lo indispensable. De lo contrario la temperatura exterior puede mermar la eficiencia del equipo, la calidad de sus productos y contribuir a la formación de microorganismos.



Fuente: "Cuadernos de Nutrición No. 2, 1984.

Comer pescado para crecer mejor

Oscar Romero

La actual temporada de cuaresma, que tradicionalmente nos invita al consumo de pescado, puede convertirse también en días de ahorro y de economía familiar que a la vez garantizan una nutritiva alimentación.

Generalmente se tiende a pensar que el pescado es caro porque se presupone que existen sólo dos especies: el huachinango y el robalo. Sin embargo, en las aguas mexicanas habitan unas mil 400 especies, de las cuales más de 200 son comestibles y la mayoría se comercializa a precios muy bajos en el mercado y cuya calidad nutritiva es igual a la de las especies más costosas.

Entre las variedades de pescado nutritivas, sabrosas y baratas, se encuentran la tilapia chica, la carpa, el jurel grande, mojarrón y posta, botete, cuatete, lebrancha, lisa del Pacífico, macabí, mojarra chack-chil y guapota, cuyos precios van de 310 a 320 pesos el kilogramo.*

Entre los 430 y 490 pesos el kilogramo, se encuentran la boquilla, la berrugata, guavina, jurel chico y lisa del Golfo. Con precios de 540 pesos se cotiza la tilapia grande, y de 590 el kilo de mojarra pluma, la gurrubata y la variedad conocida como bandera.

Con precios entre los 615 y 675 pesos se encuentran: el lucero, la trucha, tiburón y el bagre jolote. Y por último, las especies más caras, cuyos precios oscilan entre los mil 500 y 2 mil pesos, se encuentran: la vagueta, el huachinango y el robalo del Golfo.

En términos generales las diferentes especies contienen el mismo valor nutritivo, a la suavidad de su carne.

Una rebanada de pescado de 100 gramos contiene en promedio 22 por ciento de proteínas (contra 21 de la carne de res y 19 de la de pollo).

El fósforo, el hierro y la vitamina B que proporciona el pescado, contribuyen al fortalecimiento de los músculos y de los tejidos de la piel. Además, la proteína del pescado contiene poco tejido conjun-

* *Precios de la SECOFI, al 12 de febrero de 1986.*

tivo (a veces ninguno) por lo que es fácilmente digerida y asimilada por el organismo. Esto la hace particularmente valiosa en la alimentación del niño y del convaleciente.

Para quienes cuidan no excederse en su peso, el pescado resulta un alimento recomendable, ya que tiene un alto contenido en proteínas y muy poca grasa. Otra ventaja es su bajo contenido de sodio, que lo convierte en alimento valioso para las dietas sin sal.

Gracias a los minerales que proporciona, el pescado constituye un alimento indispensable para conservar huesos y dientes sanos.

Pescado fresco

Si usted desea comprar pescado fresco, debe prestar atención a lo siguiente:

La piel debe estar cubierta por una mucosa delgada y casi transparente, con las escamas pegadas. Los ojos del pescado deben ser brillantes y libres de mucosidad visible.

Además, las branquias deben ser rojizas o rosadas y sin coágulos de sangre. La textura de la carne debe ser dura, firme y elástica; bajo la presión de los dedos no debe producir jugo.

Por último, el olor de un pescado fresco se reconoce como "salobre" o de "alga fresca". La carne del pescado grasoso tiene un olor agradable, parecido al de la margarina. Por el contrario, el pescado que se encuentra en mal estado pierde brillo y la piel se cubre de una mucosidad gruesa que se va tornando amarilla o café. Los ojos se hunden y encogen gradualmente y su pupila se vuelve lechosa y la córnea se opaca.

Cómo conservar y descongelar el pescado

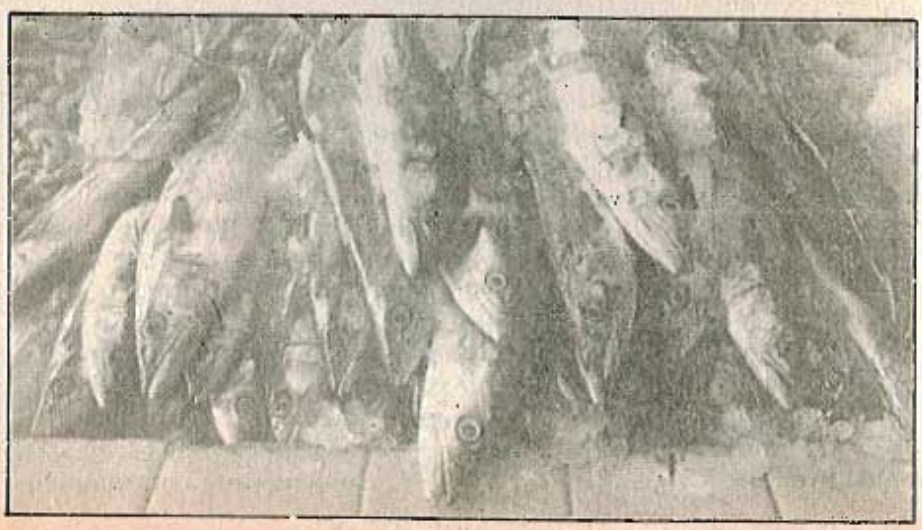
Las formas de conservar el pescado varían dependiendo de si éste se encuentra fresco, congelado o cocinado.

Para conservar el pescado fresco, déjelo en su envoltura, colóquelo inmediatamente en el refrigerador y úselo dentro de los dos días siguientes. Si no tiene refrigerador y lo va a comer el mismo día, mientras llega el momento de guisarlo consérvelo tapado en un lugar fresco.

Si el pescado es congelado, déjelo en su envoltura, guardándolo en el congelador inmediatamente, y consúmalo antes de 30 días.

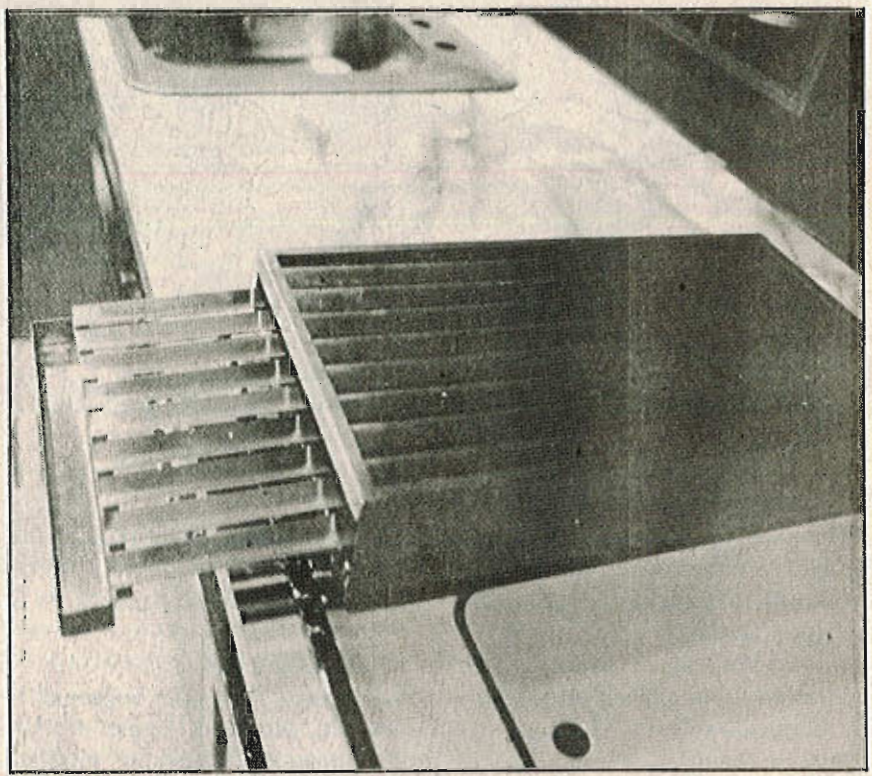
Si se trata de pescado cocinado: guárdelo en una vasija cubierta y almacénelo en el refrigerador o congelador. Para descongelarlo, póngalo con todo y envoltura debajo de una corriente de agua fría hasta que se disuelva el hielo, luego cocínelo a fuego lento.

Siempre recuerde estas indicaciones: no descongele el pescado a temperatura ambiente; no lo haga con agua caliente; no vuelva a congelar el pescado ya descongelado; y por último, recuerde que los filetes y tajadas se pueden cocinar sin descongelación previa. Por esta razón hay que dejarlos más tiempo en la cacerola.



—Parrilla a lo K-2
—Freidora Innova

Oscar Romero



En los últimos meses han aparecido artículos electrodomésticos cuya presentación para el consumidor no se apega, la mayoría de las veces, a las características reales del producto.

La parrilla K-2, anunciada como "moderna" y "fácil de emplear", que apareció en el mercado hace un par de meses, presenta graves riesgos para los consumidores por sus características de fabricación. Se trata de la parrilla asador de acero inoxidable que se distribuye en bolsas de polietileno en tiendas comerciales y mercados públicos.

Estudios realizados por el Departamento de Ingeniería de este Instituto, revelaron que el producto presenta serias deficiencias en su ensamble y acabado, ya que la parrilla contiene rebabas con aristas filosas, lo cual es riesgoso para su manejo y limpieza. Se detectó también que las soldaduras del asador presentan ligeras oxidaciones, tanto en la superficie como en la charola de escurrimiento.

En lo que se refiere al ensamble, la base de la parrilla no es completamente horizontal en sus cuatro puntos de apoyo, por lo que fácilmente los recipientes pueden derramar su contenido.

Por último, el producto carece de las indicaciones correspondientes para su uso. Ante esto, el consumidor tiene que ingeniárselas, tanto para colocarlo en las parrillas de la estufa, como para la cocción de los alimentos. Además de estas deficiencias, el artículo carece de la garantía que debe incluir todo producto que se ofrezca en el mercado.

Otro artículo que apareció hace algunos meses es la freidora marca Innova, de acero procelanizado. Este producto fue sometido a diferentes estudios, observándose lo siguiente: en cuanto al acabado, a excepción de la tapa que se encuentra despostillada y que puede causar oxidaciones con el uso y lavado, todos los demás componentes presentan buenas condiciones.

Sin embargo, la freidora no satisface las medidas de seguridad que deben cumplir todos los aparatos electrodomésticos, ya que en las asas del recipiente, el incremento de la temperatura es mayor de 10 grados centígrados.

En la prueba de cocción de alimentos, se detectó que los tiempos recomendados de frituras son bajos, ya que ninguno de los alimentos utilizados en la prueba se cocieron completamente.

En el caso del pescado, la freidora provoca derrames de aceite, aun con la tapa puesta. Este derrame es de aproximadamente 100 mililitros de aceite.

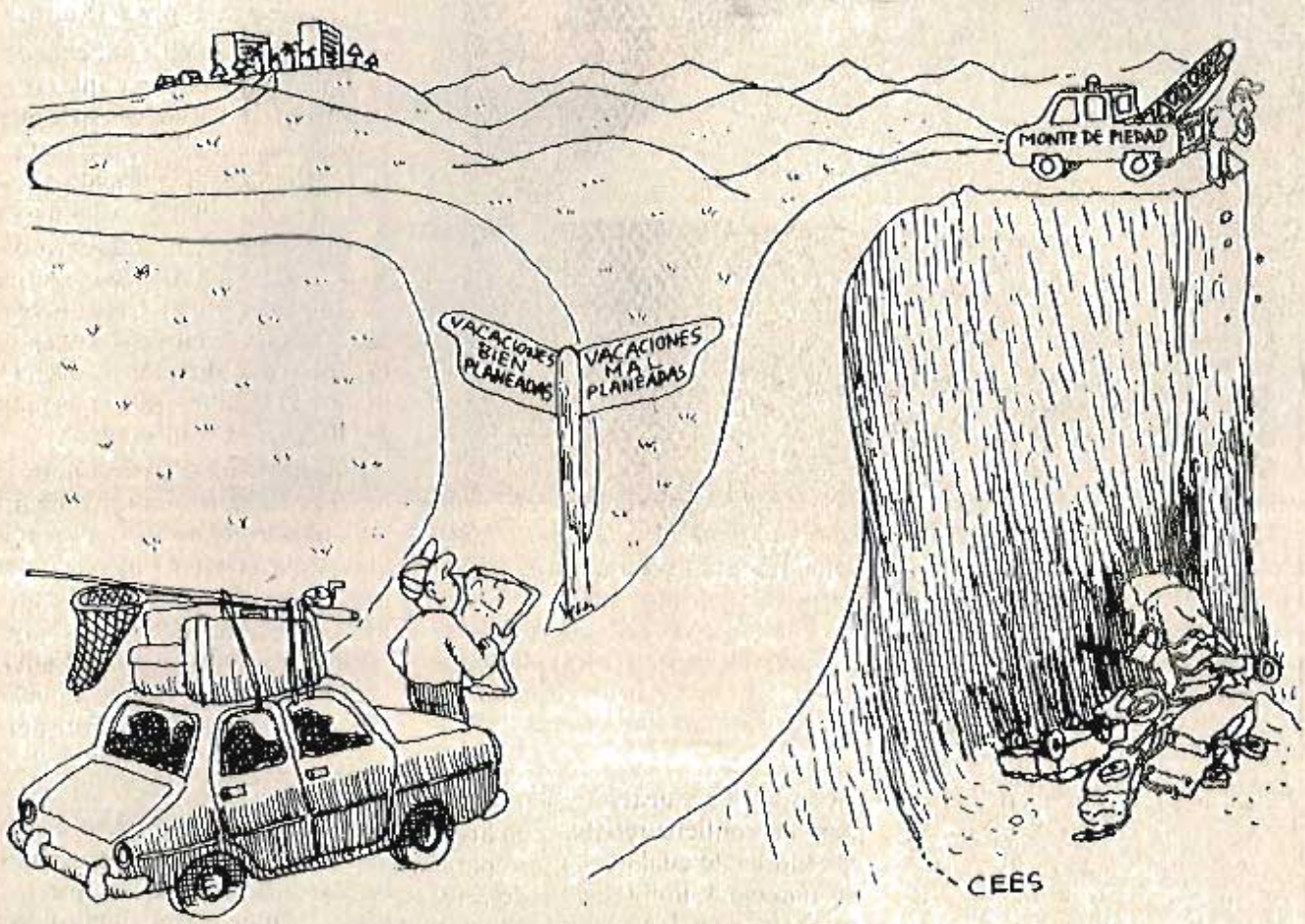
Por otro lado, la freidora carece de las instrucciones necesarias sobre la capacidad del recipiente, al tipo de modelo y el número de registro. Además, no menciona el tiempo de precalentado que el aceite necesita para ser usado.

Otra deficiencia que se detectó es que el producto carece de la garantía que por ley se debe proporcionar al consumidor.

Le recomendamos que antes de comprar cualquier producto, piense si realmente lo necesita. Si es así, examínelo con cuidado y verifique si el artículo ha sido diseñado y acabado eficazmente. Y recuerde: la garantía por escrito es imprescindible para hacer valer sus derechos como consumidor.

Vacacionar no significa malgastar

Gustavo Guadarrama Flores

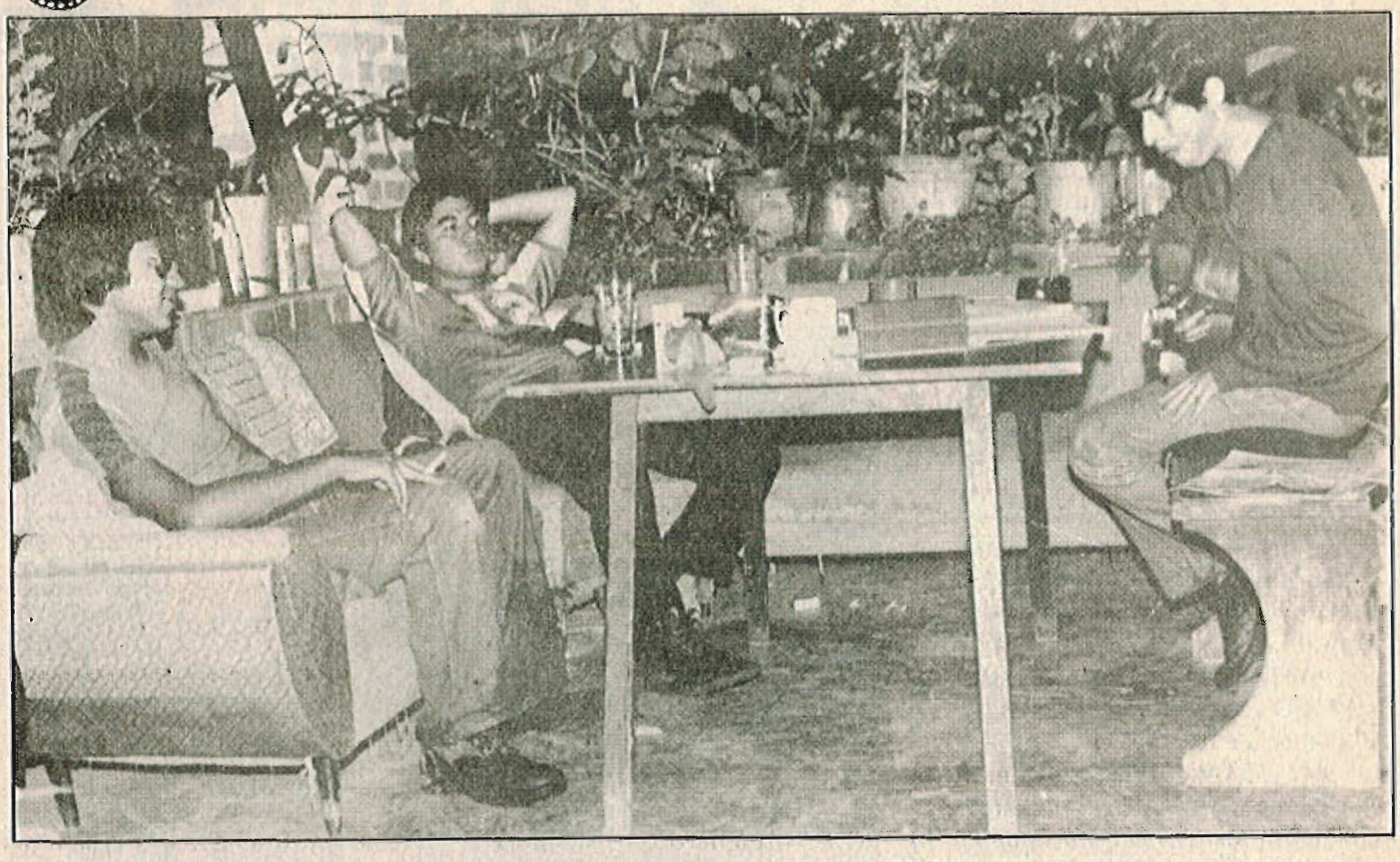


Las tan esperadas vacaciones de Semana Santa no tienen por qué convertirse en una ocasión consumista. Por el contrario, pueden ser días de descanso y esparcimiento, ya que brindan la oportunidad de alejarse de la vida cotidiana. Tenga presente que muchos de los comerciantes en estas fechas aprovechan el esparcimiento de los demás para alterar los precios de sus productos y servicios, convirtiendo a las vacaciones en una temporada en la que se gasta el dinero en forma excesiva e inadecuada.

En Semana Santa, como todos los años, las playas estarán repletas, los aeropuertos y terminales de autobuses y trenes serán el escenario de vacacionistas varados. Por ello las vacaciones deben planearse con dos meses de anticipación. Generalmente, en esta temporada los hoteles no cuentan con espacio suficiente, lo que hace más necesaria una planeación adecuada de nuestro viaje. Podemos disfrutar un panorama distinto al que nos ofrece la ciudad, como es nuestra provincia.

La República cuenta con muchas bellas playas, por lo que se puede elegir un sitio diferente a los de siempre. Esto tiene una doble ventaja: por un lado evitamos ser presas de la aglomeración en unos cuantos lugares y por otro, tenemos la posibilidad de conocer otros sitios de nuestro país.

Para evitar que los comerciantes aumenten los precios, la Pro-



curaduría Federal del Consumidor (PROFECO), informó que pondrá módulos móviles especiales para que los paseantes puedan presentar quejas en la misma playa. La PROFECO cuenta con 43 delegaciones y seis oficinas receptoras en el interior del país, y ocho en la zona metropolitana de la ciudad de México. De acuerdo con las quejas recibidas por este organismo la temporada pasada, los principales motivos de inconformidad de los vacacionistas fueron por incumplimiento de reservaciones, alteraciones de los precios, no respetar los tiempos compartidos y no presentar los precios de la comida en los restoranes.

Si no queremos que nuestras vacaciones de Semana Santa sean un infierno, es necesario pensar en otras alternativas. En México existen 127 albergues y posadas familiares, 46 campamentos y zonas de cabañas, así como más de 3 mil hoteles de una, dos y tres estrellas, con 115 mil cuartos aproximadamente, según datos de la Secretaría de Turismo.

Por parte de los sectores sociales existen también otras alternativas. El Consejo Nacional de Recursos para la Atención de la Juventud (CREA) cuenta con 25 albergues y paquetes que tienen considerables descuentos, para atender la demanda de turismo juvenil. Lo mismo hacen el Instituto Nacional de la Senectud; el Insti-

¿A dónde ir en

Enrique Parada

En estos días de vacaciones, la mayoría de los centros turísticos tradicionales se encuentran totalmente saturados y para visitarlos es necesario gastar considerables cantidades de dinero. Por esta razón algunos organismos oficiales ofrecen alternativas de recreación a bajos precios para vacacionar en distintos lugares de la República.

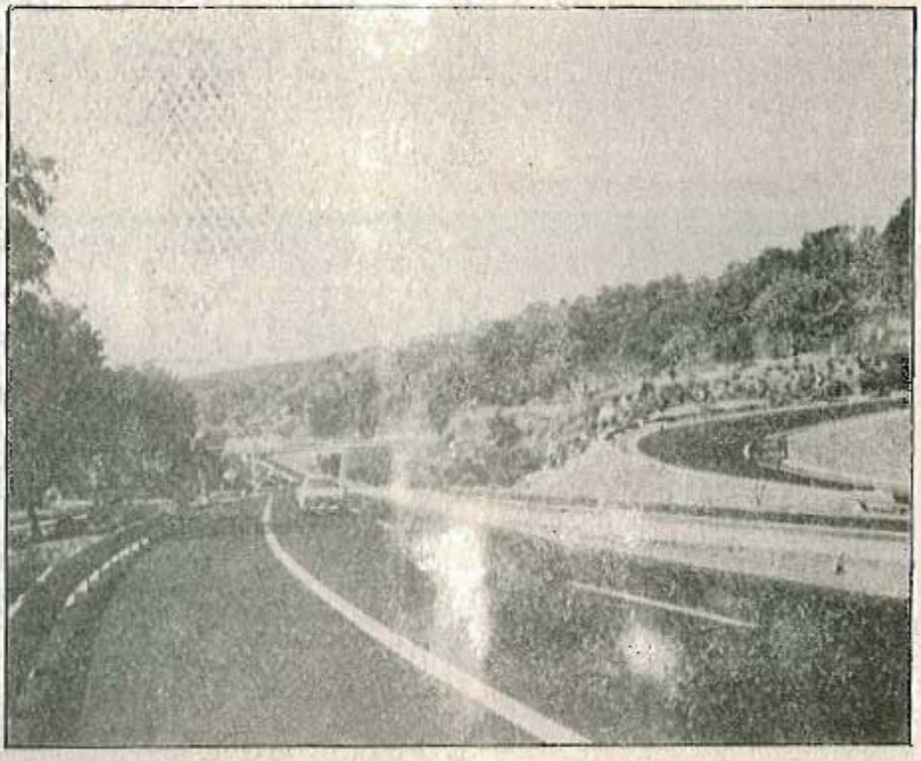
Por ejemplo el Fideicomiso del Turismo Obrero (FIDETO) presta sus servicios de viajes con crédito FONACOT para las siguientes excursiones: Oaxaca-Puerto Angel; Morelia-Guadalajara-Puerto Vallarta; Mazatlán-La Paz-Los Cabos-Puerto Vallarta, y San Luis Potosí-Procesión del Silencio.

Por otra parte, la Secretaría de Turismo, a través de la Operadora Turística del Estado de México realiza cortos viajes a bellas zonas de este estado, entre las que se encuentran la zona montañosa y arqueológica de Malinalco; Villa del Carbón, considerada como reserva ecológica, y los centros de recreación como Valle de Bravo e Ixtapan de la Sal.

Estos recorridos, además, prevén visitas a otros lugares tradicionales cercanos a los puntos referidos. Por ejemplo, en el viaje de Ixtapan

tuto para el Desarrollo Integral de la Familia (DIF); la Dirección de Cultura y Recreación para los Trabajadores de la Secretaría del Trabajo y Previsión Social; la agencia promotora de turismo del IMSS y TURISSSTE. En el caso de los trabajadores, existe además la posibilidad del financiamiento a través del Fondo Nacional para el Consumo de los Trabajadores (FONACOT).

En el Estado de México hay 65 destinos turísticos, en Tlaxcala 45, 16 en Querétaro y 42 en el estado de Hidalgo, por sólo citar algunos de los más cercanos a la zona metropolitana. En esos lugares se cuenta con monumentos coloniales, poblados típicos, zonas arqueológicas, parques, lagos, cascadas, centros vacacionales y artesanales, entre otros. Campismo, pesca, montañismo, así como el deleite de la comida típica son algunas de las actividades que es posible practicar en los lugares turísticos que nos brindan los estados cercanos a la ciudad de México.



Por ejemplo, la Presa Iturbide en el Estado de México se encuentra ubicada a 38 kilómetros de Naucalpan de Juárez, por la carretera estatal número tres que conduce en primera instancia a San mateo Nopala. Esta presa está enmarcada por bosques y su clima es semifrío. Se puede practicar el campismo y la pesca de trucha del 15 de febrero al 15 de noviembre.

Pero si se quiere llegar a un lugar con clima tropical y disfrutar de comida prehispánica, Huejutla de Reyes, en el estado de Hidalgo, es lugar ideal. Ubicada a 214 kilómetros de Pachuca por la carretera que lleva a Tampico, Huejutla se encuentra enclavada en pleno centro de la Huasteca Hidalguense. Su tianguis concentra cada domingo a los *nahuatls* de los municipios cercanos, quienes llegan con diversos productos y artesanías a ejercer la tradición prehispánica del trueque. Entre los guisos de la cocina regional se encuentra el *zacahuil*, el *xojol*, la cecina y el famoso plato huasteco.

La información para visitar cualquiera de los estados de nuestro país, así como los recorridos turísticos en cada uno de ellos, se encuentra en folletos que la Secretaría de Turismo ha editado y se pueden conseguir de manera gratuita en sus oficinas*.

En nuestras manos está hacer de las vacaciones un tiempo dedicado a la recreación y al conocimiento de nuestro país.

***Ubicadas en Presidente Mazarik 172, planta baja, colonia Polanco, teléfonos 250-01-51 y 250-85-55.**

Semana Santa?

de la Sal se incluye el recorrido a Teotenango y a las Grutas de la Estrella.

De la misma manera, el Consejo Nacional de Recursos para la Atención de la Juventud (CREA), por conducto de la Agencia Nacional de Turismo Juvenil, ha programado trece circuitos de viajes que van desde el Circuito Morelia, de cuatro días, al de Sureste Maya, que abarca el recorrido por Veracruz, Chiapas, Campeche, Yucatán y Quintana Roo, y que tiene una duración de doce días.

Si usted está interesado por algunos de estos viajes, puede acudir o llamar a los siguientes organismos, en donde le proporcionarán mayor información:

—FIDETO. Glorieta del Metro Insurgentes, local 15A. Teléfonos: 511-01-26, 514-18-41 y 528-81-64.

—Operadora Turística del Estado de México, ubicada en Paseo de la Reforma 292-502, con los números telefónicos: 207-12-58 y 207-04-84.

—Agencia Nacional de Turismo Juvenil, en la Glorieta del Metro Insurgentes, local CC-10.

Eventos culturales

Ver para creer: el circo en México

A partir del 8 de marzo a las diez horas usted podrá admirar en el Museo Nacional de Culturas Populares la exposición retrospectiva sobre la cultura circence.

Esta exposición hace un recuento desde los inicios del circo hasta nuestros días. En ella se muestra una maqueta de actos circences, la primera que se realiza en la historia del circo en México. El objetivo de esta retrospectiva es revalorar y dar a conocer la actividad circence como parte de nuestra cultura.

Si desea mayor información, puede acudir a Hidalgo 289 colonia del Carmen, Coyoacan, o comunicarse al teléfono 5-54-88-48. La exposición estará abierta al público martes, jueves y sábados de 10 a 16 horas y miércoles y viernes de 10 a 20 horas. La entrada es gratuita.

El mes de la cultura

El museo del Carmen, ubicado en Revolución y avenida de la Paz, en la delegación Alvaro Obregón, ofrece para el próximo mes de marzo las siguientes actividades:

Los "domingos Infantiles" 2, 9, 16 y 23 de este mes a las 12 horas, se presentará la obra *Los juguetes del velís*. Esta presentación está a cargo de César Calderón y cuenta con la participación del grupo "El payaso loco". Hasta el cierre de esta edición el costo de los boletos era de 150 pesos.

Dentro del ciclo "lunes culturales", el 3 de marzo a las 20 horas se presentará la obra *Titiritero* a cargo del grupo Gerardi Titiritero. El 10 de marzo a las 20 horas se presentará la obra *Macbeth*, de William Shakespeare.

El día 13 habrá un concierto de música antigua con la participación del sólista de laúd Hopkinson Smith. Esta presentación está a cargo del Instituto Nacional de Antropología e Historia y de la Sociedad de Música antigua. La entrada es gratuita.

El 17 a la misma hora, habrá danza contemporánea con la coreografía del grupo "Retorno al caos" que dirige Pilar Urrueta.

Y el 21 de marzo a las 18 horas se pondrá durante quince días el altar de Dolores. La entrada a este evento también es gratuita.

Eventos culturales

Con el fin de promover diversas actividades culturales para los trabajadores, el ISSSTE presenta durante el mes de marzo en el teatro 5 de diciembre los siguientes eventos:

El pastelero del Rey se presentará el día 10 a las 20 horas, bajo la dirección de Roberto D'Amico.

El 17 a la misma hora, **Música popular mexicana**, con Amparo Ochoa y Grupo Zazil, entre otros.

Dentro de la programación infantil se ofrece para los días 16 y 23 a las 12 horas, **Juan Calabaza** con el grupo Teatro Libre.

Por otra parte, en el Teatro Venustiano Carranza se presenta también a las 12 horas los días 16 y 23, el grupo Taller Literario de Ethel Krauze con la obra infantil **Nana María.**

Rondas culturales del CREA.

En la Sala de Arte del Consejo Nacional de Recursos para la Atención de la Juventud (CREA), ubicada en la glorieta del metro Insurgentes, Local 14 C, se presentarán los lunes de este mes a las 17 horas, los grupos de música de Manuel Santa María y Contratiempo, pertenecientes a la "Nueva Trova". Los miércoles de las 17 a las 19 horas el taller de música afroantillana con Jorge Barrientos director y fundador del grupo Recuerdos del son. Y para los jueves del mes habrá teatro con el grupo Chimbombo que presentarán la obra *Tandas*, a las 19 horas. Los viernes 21 y 28 a las 17 horas se presentarán funciones de cine. La entrada a estos eventos es gratuita.

Por otra parte, en el Teatro de la Juventud (Serapio Rendón 76) a partir de la segunda quincena de marzo, se presentará el Foro del cine joven los lunes, martes y miércoles a las 16 y 19 horas. Localidades a personas con credencial de estudiantes y Plan joven 100 pesos, público en general 150 pesos.

También dentro del Foro de cine joven, Zafra A.C. presenta en Leonardo D'Vinci 286 funciones a las 16 y 19 horas con las mismas tarifas.

Para mayores informes llamar a los teléfonos 546 84 38 y 535 16 05.

Novedades Editoriales

El gesticulador es la obra más conocida de cuantas escribiera Rodolfo Usigli, quien sin duda es el fundador del teatro mexicano moderno. En su momento, en 1947, cuando la obra fuera estrenada en Bellas Artes, causó grandes polémicas y fue suspendida. Desde entonces, **El gesticulador** fue una obra más conocida en escenarios europeos que en México, donde estaba prohibida su respresentación. Resulta indudable que esta obra afirma un teatro comprometido con la realidad nacional y que, junto con la Novela de la Revolución, lleva a cabo una implacable crítica de los ideales revolucionarios traicionados por intereses mezquinos. Usigli lleva a cabo una reflexión que sigue siendo válida en nuestros días y, con el transcurso del tiempo, lejos de perder fuerza, **El gesticulador** constituye una proposición que no ha sido continuada por los autores que siguen a Usigli. César Rubio, su protagonista, desenmascara la hipocresía del mexicano, que Usigli trató en varias ocasiones a través de ensayos, prólogos y epílogos. Hasta la fecha, la desesperanza, la agudeza y la fuerza de la crítica usigliana sigue siendo insuperable. El volumen de Editores Mexicanos Unidos proporciona al lector, también, la comedia **La mujer no hace milagros,** en la que se demuestra la vena humorística del autor, convencido del derecho que la mujer tiene a la inteligencia y a la libertad.

USIGLI Rodolfo. El gesticulador y La mujer no hace milagros. *Editores Mexicanos Unidos. México. 1985.*

Morir en el Golfo nos narra el placentero sueño eterno acurrucado por la brisa del mar. Lejos de ello, esta novela transita por los espinosos espacios de la vida cotidiana de México.

La violencia como infalible método político, el espacio inasible del amor, las negociaciones incomprensibles para el ciudadano alejado del poder y la corrupción como lenguaje generalizado, son algunos de los elementos que se entretejen en esta novela.

Aguilar Carmín Héctor. Morir En el Golfo. *Ediciones Océano. México. 1985.*

Arqueología del Consumo

El recientemente creado Departamento de Turismo, de la Secretaría de Gobernación, que dirige el señor Alejandro Buelna informa que en la ciudad de México se presenta en estos días un panorama poco común: las calles y lugares habitualmente concurridos se encuentran desiertos. El Bosque de Chapultepec y la Alameda están prácticamente vacíos. "Y es que en esta Semana Santa —dice don Alejandro— todas las clases sociales salieron de vacaciones".

"Se calcula —continúa don Alejandro— que han salido hasta el momento unos docientos mil capitalinos. Esta afluencia turística demuestra que la situación económica de nuestro pueblo es bonancible".

Aproximadamente 17 mil automóviles han dejado nuestra ciudad para dirigirse a los puntos preferidos del interior de la República, destacándose entre éstos: la bella "perla de occidente", las hermosas palayas acapulqueñas y el incomparable puerto de Guaymas.

"Asimismo, los preciosos trenes que tenemos llevaron a muchos pascantes a Monterrey, Morelia, Guadalajara y Ciudad Juárez —agrega el señor Buelna—, quien además resalta el arduo trabajo de las líneas de autobuses que aumentaron sus corridas en estos días santos".

Acapulco es el lugar preferido de los vacacionistas. En el día se encuentran más de 30 mil personas, aun cuando el puerto sólo dispone de seis mil cuartos de hotel, por lo que miles de paseantes tendrán que pasar la noche al sereno, en la playa.

"Ante esto —indica don Alejandro— el Departamento de Turismo ha venido promoviendo otros centros turísticos. Uno de ellos es el puerto de Veracruz que con sus tres hoteles, Mocambo, Villa del Mar y Diligencias, puede dar la bienvenida a miles de visitantes.

"Respecto a las tarifas recomendadas por el Departamento de Turismo, los autobuses y aviones de México no incrementaron en nada sus precios: los camiones que viajan hacia Acapulco, por ejemplo, cobraron los quince pesos estipulados, y Mexicana mantuvo el precio de cien pesos el boleto redondo de avión.

"Sin embargo —añade el funcionario— lo difícil de controlar son los precios de los comerciantes y de los vendedores ambulantes, ya que como informan varios diarios, en la playa "Papagayo" de Acapulco, los refrescos se venden hasta en ¡tres pesos!

"De continuar la situación así, no sé que, pasará con los vacacionistas en los años venideros, si ya en este año de 1948 una limonada aumenta hasta en un [illegible] mil porciento" finaliza d[illegible]ndro Buelna

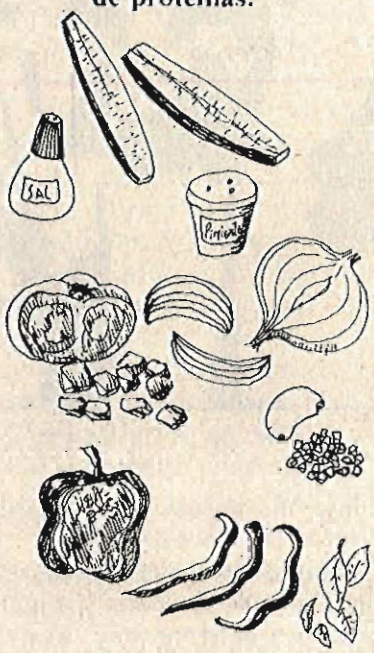
El pescado: económico y sabroso

Los miles de kilómetros cuadrados de mar, lagunas, ríos e islas que cubren nuestros suelos, están poblados por innumerables especies marinas cuyo valor y propiedades alimenticias son excelentes para satisfacer los requerimientos del organismo.
Conocer y saber combinar los alimentos del mar, los convierte en una de las principales fuentes de proteínas.

Nopales navegantes

Ingredientes:
1 jitomate grande
2 dientes de ajo
6 chiles cascabel tostados y sin semillas
sal al gusto
1 cebolla con todo y rabo
2 docenas de nopales
6 papas cocidas y picadas
1 ramita de cilantro

Procedimiento:
Muela 1 jitomate grande, 2 dientes de ajo y 6 chiles cascabel tostados y sin semilla. Fría todo en aceite caliente hasta que sazone, agregue un poco de agua y deje hervir 5 minutos. Limpie, pique y ponga a cocer con sal 1 cebolla con todo y rabo y 2 docenas de nopales. Ya cocidos, agréguelos al caldillo junto con 100 gramos de charales secos, previamente dorados en aceite. Cuando estén suaves añada 6 papas cocidas y picadas (o si prefiere chayotes) y una ramita de cilantro. Déjelos hervir otros 5 minutos y sírvalos calientes.



Mojarra en jitomate

Ingredientes:
1 kilo de filete de mojarra
sal y pimienta al gusto
1 cebolla grande en rebanadas
3 jitomates picados y pelados
1 ajo picado
3 pimientos morrones en tiras
yerbas de olor

Procedimiento:
Se cortan los filetes en tiras y se fríen en aceite, con sal y pimienta. Aparte, se fríe una cebolla grande rebanada, 3 jitomates picados y pelados, 1 ajo picado, 3 pimientos morrones verdes, también rebanados, una hojita de laurel, una ramita de tomillo y una de mejorana. Se deja sazonar cinco minutos. Se agregan los filetes y se dejan 20 minutos más.

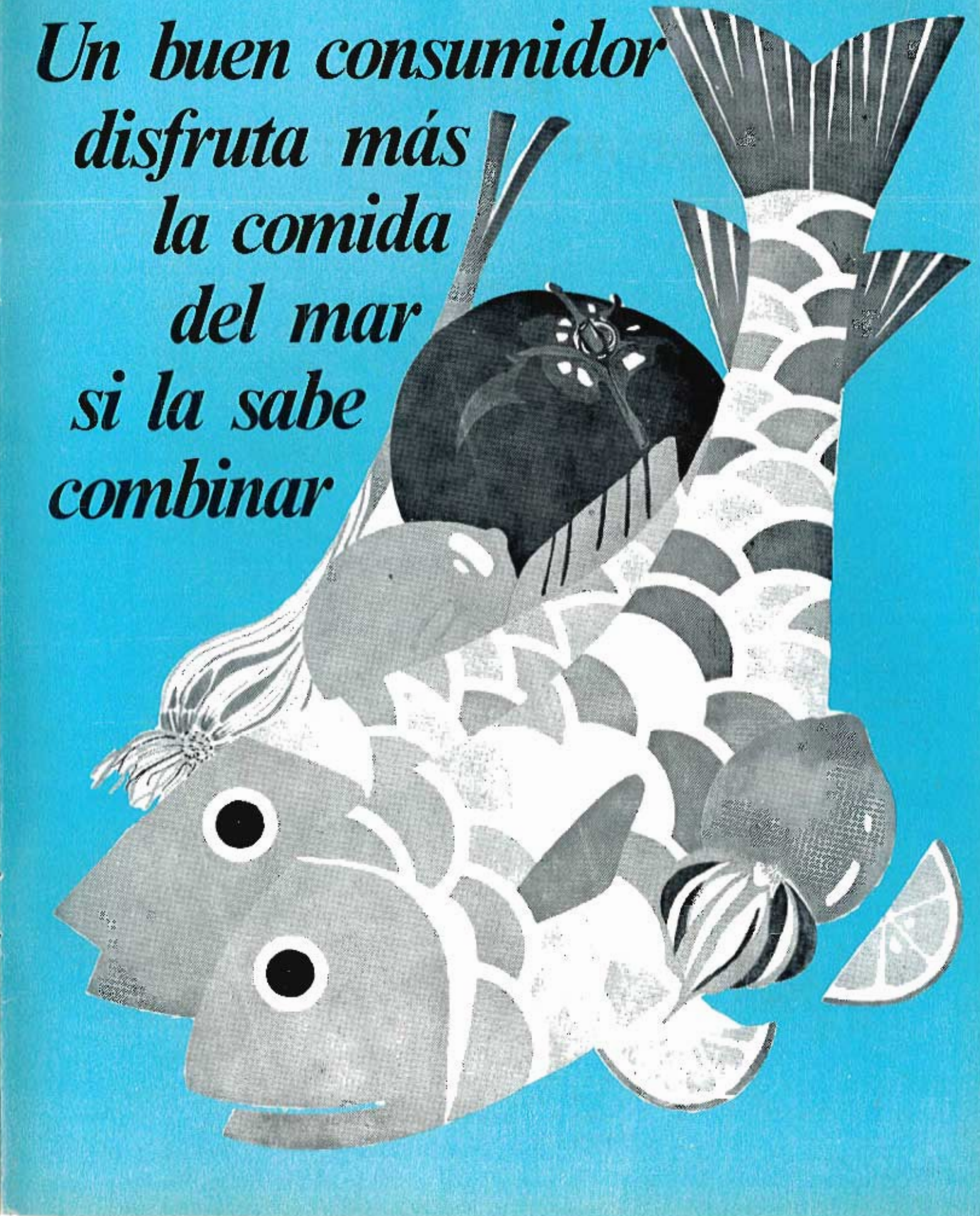
Sierra en escabeche

Ingredientes:
1 kilo de sierra en rebanadas
2 limones (en jugo)
1 cucharadita de sal
1/2 litro de vinagre
1/2 kilo de cebolla en rebanadas
1 hoja de laurel
2 cucharadas de aceite

Procedimiento:
Corte una sierra de un kilo en rebanadas de centímetro y medio. Remójelas en el jugo de 2 limones y espolvoréelas con 1 cucharadita de sal. Escurra y fría por los dos lados hasta que empiece a dorar. Coloque en una cacerola y vacíe encima el escabeche: caliente 1/2 litro de vinagre y al soltar el hervor, añada 1/2 kilo de cebollas rebanadas, 1 hoja de laurel y 2 cucharadas de aceite.

Espolvoree con sal, y caliente cinco minutos.

Un buen consumidor disfruta más la comida del mar si la sabe combinar



Los que todo tienen

Conocido es el hecho de que la publicidad vende "algo" más de lo que explícitamente anuncia. Por lo general se nos promocionan, además de los productos, valores, actitudes y esperanzas. Normalmente ello se hace de manera velada y sutil. En el caso que nos ocupa, la táctica de la campaña es ir directo al grano; nada de sutilezas. Los que fuman determinada marca de cigarrillos, según sus anuncios, "lo tienen todo , incluso admiradoras bellas.

Nos preguntamos ¿qué significa "todo"? Por lo pronto ya nos dijeron que chicas guapas. ¿Acaso también se referirán a prestigio, fama, dinero y fortuna? ¿Y será que también se refieren a problemas pulmonares, del corazón, cáncer, etcétera?

Estamos seguros de que los publicistas, aquí, hicieron a un lado el respeto que dicen tener por su público. Usted, ¿qué opina?

Departamento de Análisis sobre Comunicación.

INSTITUTO NACIONAL DEL CONSUMIDOR

SECTOR COMERCIO Y FOMENTO INDUSTRIAL

el brinco

Número 50

Suplemento de la Revista del Consumidor Coordinación: Marie Puga Marzo de 1986

Un brinco por las cooperativas escolares

Por Abigail CERVANTES

Fotos de Armando Salgado.

Mamá hace tortas bien ricas, sobre todo, del guisado de ayer, de frijoles con queso, de huevo revuelto con frijoles..."

Una de las horas más deseadas por los brincadores en la escuela, es la del recreo.

En el recreo, además de jugar, los niños comen lo que les preparan en sus casas o lo que venden en las cooperativas escolares y fuera de los planteles.

"Mi mamá me hace tortas bien ricas. De jamón con mayonesa y jitomate, de huevo, pollo o frijoles. También llevo agua de jamaica, tamarindo o limón en mi cantimplora", dice Lucina Avila, de 7 años de edad, del tercer año de primaria en la escuela Guillermo Marconi, ubicada en la colonia Constitución de 1917, Iztapalapa, Distrito Federal.

Pero a veces Lucina no lleva almuerzo. Entonces, dice: "Me dan 200 pesos para gastar y le entrego el vuelto a mi mamá. En mi escuela, el "lunch" cuesta 100 pesos y consiste en una torta, un vaso chiquito de agua de limón y un dulce o una fruta."

Alín Goché Gallegos, de 9 años de edad, cursa el cuarto año de primaria, también en la escuela Guillermo Marconi. A ella siempre le preparan su torta que a veces es de huevo, pollo, jamón o guisado casero, y le dan agua de limón o de otra fruta. No le gusta comprar en la cooperativa ni en los

"Nosotros preferimos que nuestro almuerzo viaje en su cajita o en nuestra mochila, desde la casa. Es más limpio y económico", dicen tres alumnos de esta escuela.

"A veces no traemos torta y compramos caramelos con chile, fritos de maíz o galletas pero no es tan bueno como lo preparado en casa." dice el hermano mayor." Y se acaba más pronto", agrega el pequeño.

puestos fuera de la escuela, porque "no hacen las cosas bien, con limpieza. Además, es muy caro."

En la mayoría de las cooperativas escolares venden tortas sólo con una rebanada de jamón o queso, agua sin hervir, algunas frutas como naranjas, pepinos y jícamas con chile, y golosinas, entre ellas, paletas con chile, dulces, chicles y chocolates.

Fuera de las escuelas se instalan vendedores ambulantes que venden dulces, cacahuates y frutas con chile, pero que no los preparan higiénicamente.

"Yo compro sólo dulces porque mi mamá me hace mi torta y me pone agua de limón," platica Bélida Reyes Mata, de 9 años de edad, que estudia las materias del cuarto grado de primaria en la escuela Plan de Iguala, de la Unidad Vicente Guerrero, Iztapalapa.

Criseida Reyes, de 5 años de edad, asiste al jardín de niños del DIF, también en Iztapalapa. "Allí no nos venden nada, ni nos dejan llevar comida. Dicen que luego se nos cae al suelo, la levantamos, nos la comemos y nos hace daño."

En general, los brincadores prefieren que sus mamás les preparen sus almuerzos y que las cooperativas y los puestos ambulantes fuera de los colegios, vendan cosas limpias y nutritivas: "nos gustan las golosinas, pero nos hace más falta comer bien."

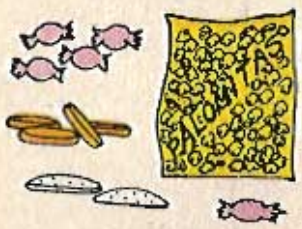
cincuenta brincos

¿Te has dado cuenta de que este ejemplar es el número 50? Eso quiere decir que ha aparecido dentro de las páginas de la Revista del Consumidor, durante 50 meses. En ese tiempo, redactores, dibujantes y fotógrafos, hemos tratado de divertirte, de informarte sobre temas de interés y de orientarte en materia de consumo. Las cartas recibidas en nuestra redacción, revelan que tenemos amigos en todos los lugares de México que no sólo responden a nuestro afecto sino también colaboran enviándonos pasatiempos, instrucciones para hacer pequeños juguetes y preguntas acerca de productos de consumo que nosotros nos apresuramos en responder. Eso es un estímulo que nos anima a seguir en comunicación con ustedes en todo momento. Gracias y continúen reportándose.

PRECIOS DE ALGUNOS PRODUCTOS QUE VENDEN LAS COOPERATIVAS ESCOLARES O LOS VENDEDORES AMBULANTES.

torta de jamón ★	$ 50.00
torta de jamón y jitomate★	$ 60.00
vaso chico con agua de limón ★	$ 25.00
chocolate sin envoltura	$ 10.00
vaso chico con fruta picada ★	$ 25.00
naranja con chile ★	$ 25.00
lunch: torta de jamón, vaso chico con agua de limón, fruta o dulce ★	$ 100.00
pastillas de dulce	$ 15.00
paletas con chile	$ 10.00
paletas de dulce	$ 5.00
rebanada de jícama o pepino con chile ★	$ 20.00
paletas de hielo	$ 15.00

** En algunas cooperativas escolares no se elaboran estos productos para evitar contaminación, por decisión de la sociedad de padres de familia. Sólo se venden productos envasados de acuerdo a la siguiente tabla de precios:*



Palomitas de maíz	$ 50.00
Diversas clases de galletas en envases de 4 ó 6 piezas	$ 25.00
Paletas de caramelo con centro de chile	$ 25.00
Gelatina líquida en bolsa de plástico	$ 25.00
Barra de chocolate	$ 50.00
Galletas de chocolate	$ 40.00
Frituras de maíz con chile	$ 50.00
Caramelos y chiclosos de diversos sabores	$ 10.00

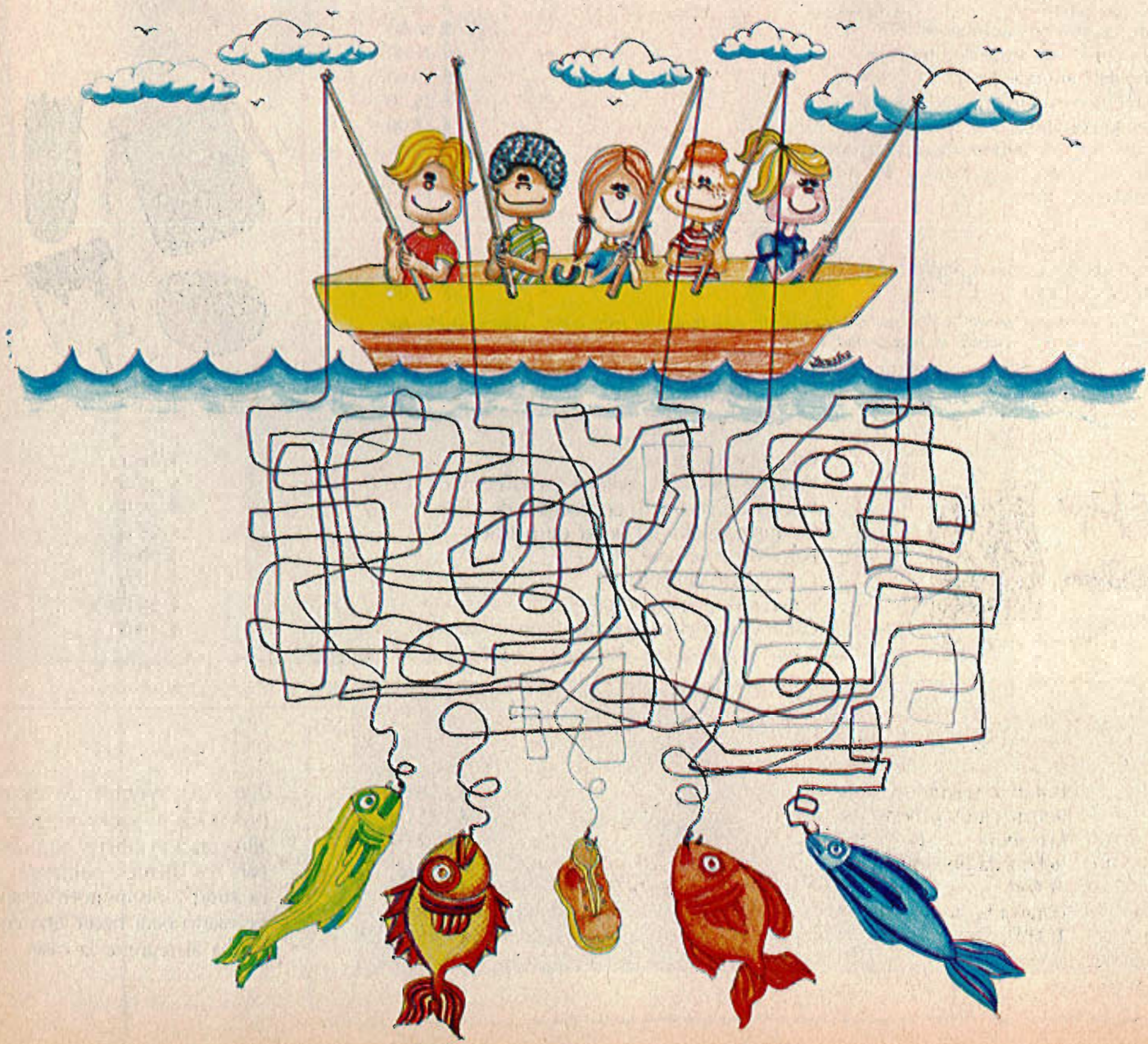
COSTO PROMEDIO DE UNA TORTA PREPARADA EN CASA (Precios al 12 de febrero de 1986)

Bolillo o telera	$ 8.00
Rebanada de jamón	$ 25.00
Mayonesa	$ 2.00
Rebanada de jitomate	$ 1.00
TOTAL	$ 36.00
Naranja (como postre)	$ 10.00
TOTAL	$ 46.00

Como ves, ninguno de estos productos te garantizan una alimentación sabia y son dañi para los dientes, peligrosos p tu salud y disminuyen el apet necesario para hacer una com buena al regresar a casa.

¿Qué les pasó a los pescadores?

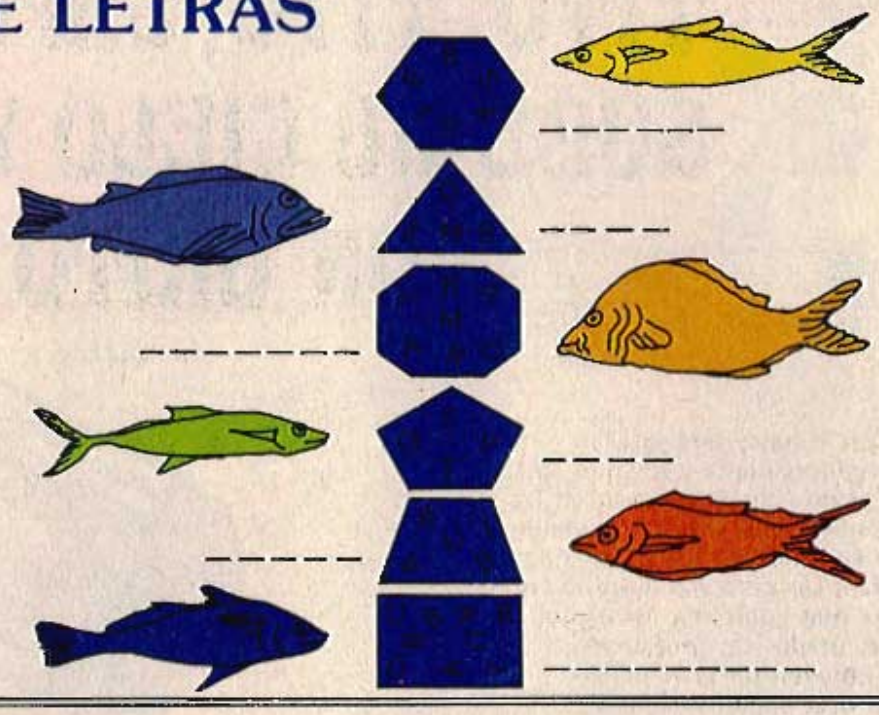
Estos cuatro pescadores pasaron toda la mañana esperando una buena pesca y han descubierto que en el extremo de su caña de pescar, algo ha picado. Lo malo es que sus hilos están tan enredados que no sabemos qué es lo que ha pescado cada uno. ¿Quieres ayudarlos? Del otro lado de la página encontrarás el complemento de esa pesca, que le será útil a cada pescador.



ENSALADA DE LETRAS

Los dibujantes de El Brinco ilustraron esta página con pescados. Los del pasatiempo anterior son peces. Pero éstos fueron pescados en diferentes costas de México y conducidos en depósitos refrigerados hasta la ciudad para que todos los que vivimos en ella podamos comprarlos y comerlos en muchos otros días, además de los viernes de cuaresma. Pero hay un error en el dibujo y seguramente tú ya lo advertiste: uno de los dibujantes revolvió las letras y olvidó cuál era el nombre del pescado. Sólo acomodó esas letras correspondientes a cada uno, como ensalada frente a su respectivo dueño. ¿Puedes ordenar las letras y poner su nombre correctamente?

Busca la Solución en la pág. 7



PESCADO AL MOJO DE AJO CAMPECHANO.

Se asan cuatro cabezas de ajo, se pelan y se licúan con 2 naranjas agrias (a falta de éstas se puede usar jugo de naranja con un chorrito de vinagre) y aceite (mejor, si es de olivo). Se remojan las rebanadas, o trocitos o filete de pescado, durante horas. Después se fríen con sal y pimienta.

SOUFLE DE PESCADO

1 taza de pescado cocido, desmenuzado; 1 huevo; 1 cucharada de harina, 30 g. de polvo de pan; 50 gramos de mantequilla; 1/4 de l. de leche; aceitunas; 1 limón. (El pescado se cuece en poca agua con una hoja de laurel).

En la mitad de la mantequilla se fríe la harina; antes de que dore se agrega el pescado molido con la leche, sal y pimienta. Se deja en el fuego hasta que espesa; se retira, se deja enfriar, se le ponen unas gotas de limón y la clara batida a punto de turrón, con la yema. Se vacía a un platón refractario engrasado, se espolvorea con el polvo de pan, se le pone la mantequilla en trocitos, se mete a horno de calor regular, (350 grados). Cuando dora se sirve inmediatamente.

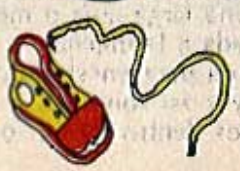
SIERRA EN ESCABECHE

3 sierras; jugo de tres limones; una cucharadita de sal; 1/2 litro de vinagre; 2 cebollas grandes en rebanadas delgadas; 3 hojas de laurel; 1/4 de taza de aceite; 6 a 8 pimientas.

Las sierras en rebanadas de 2 centímetros de grueso, se untan con el limón y la sal y se dejan reposar 10 minutos. Se escurre el exceso de jugo se espolvorean con harina y se fríen en aceite hasta que comienzan a dorar. Se colocan en un platón hondo y se bañan con la siguiente salsa: se hierve por cinco minutos el vinagre con la cebolla, laurel y pimientas. El pescado bañado con esta salsa se tapa y se deja reposar dos o tres horas. Se sirve frío.

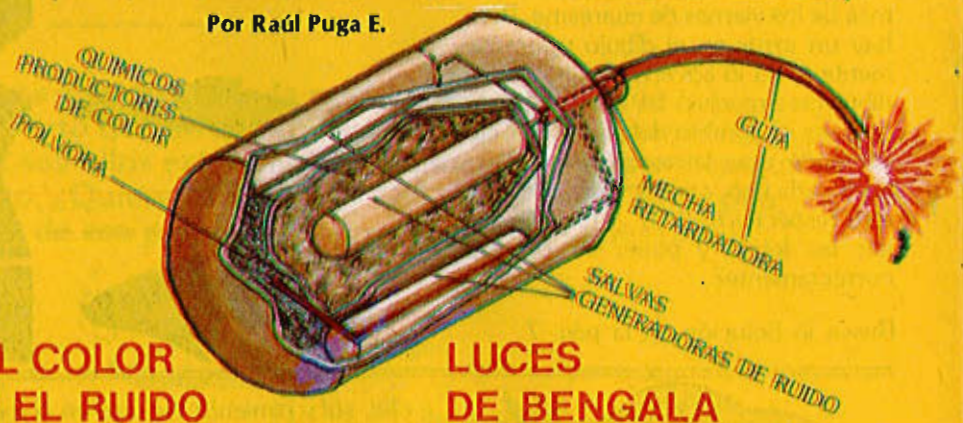
PESCADO EMPAPELADO.

Un chucumite, mojarra, sierra o pámpano por persona; 50 gramos de mantequilla; 2 dientes de ajo machacados; 1 pizca de cominos, sal y pimienta; 1 cucharada de achiote; 1 cebolla en rebanadas delgadas. Los pescados, bien limpios se rocían con jugo de limón y sal unos minutos antes de prepararse. En la mantequilla se fríen los ajos machacados con los cominos, el achiote y la cebolla. Con esto se untan los pescados por dentro y por fuera, sazonándolos con sal y pimienta. Se envuelve cada pescado en un trozo de papel encerado, de estraza, o aluminio bien engrasado. Se meten a horno mediano durante 20 minutos. Se sirven envueltos en su mismo papel para que no se escape jugo ni sabor.



TITO, TITO, CAPOTITO: SUBE AL CIELO Y PEGA UN GRITO

Por Raúl Puga E.



Los cohetes que estallan estrepitosamente y los que lanzan luces de colores, se usan en las grandes celebraciones. Quienes los encienden y los hacen estallar deben ser personas autorizadas para que controlen los explosivos que, usados sin precaución, constituyen un gran peligro y han ocasionado accidentes dramáticos. Su uso ahora, está controlado porque esos cohetes contribuyen a enrarecer aún más, el ambiente de la ciudad que ha llegado a altos niveles de contaminación.

Los inventores fueron los chinos que comenzaron a usar la pólvora negra y los tallos de bambú para formar depósitos que subieran a lo alto y estallaran. De la forma en que están acomodados sus componentes dependen las luces y los colores que iluminen el cielo al estallar. En el dibujo puedes ver cómo funcionan los componentes de un cohete con luces de colores.

La mecha retardadora permite que la sección conocida como "salva", explote hasta que el cohete esté en el aire. Una o más salvas se encierran dentro del tubo mayor junto con las sustancias químicas que producen los colores. La pólvora negra que envía al cohete a lo alto, se coloca en el fondo del recipiente mayor. Una larga guía o mecha es agregada a la mecha retardadora para encenderlo. El tubo mayor así como los encerrados dentro de él, son de cartón.

EL COLOR Y EL RUIDO

La pólvora negra hace que el cohete se dispare hacia arriba. Los colores son producidos por carbón mineral y por sustancias químicas como bario, clorato, goma roja, dextrina y perclorato de potasio, que es el que causa también explosiones sonoras.

COMO FUNCIONA

Al encender la mecha larga o guía, ésta enciende la pólvora negra que está en el fondo del tubo. La pólvora negra se quema rápidamente y lanza el cohete al aire a muchas decenas de metros. Esa guía también enciende la mecha retardadora que produce las salvas cuando el aparato está en el aire y enciende también, por último, los elementos químicos que producen el color. El resultado son una serie de explosiones sonoras y una lluvia de chispas de colores.

Cualquier error al encenderlo, puede ocasionar un accidente.- El humo que produce al quemarse, aumenta los que ya tenemos en la ciudad.

Es por eso que su uso debe limitarse.

LUCES DE BENGALA

Las luces de Bengala, menos peligrosas y que encienden los niños en tiempo de fiestas navideñas, están compuestas de sustancias inflamables y limaduras de hierro.

Puedes hacer tu propia luz de Bengala, sólo con espolvorear sobre la llama de una vela fija, limaduras de hierro que lanzarán bonitas chispas. Si en un soporte de alambre fijas un trocito de algodón empapado en alcohol, puedes agregarle diversas sustancias que, al encenderlas, producen diferentes colores. Por ejemplo, el sulfato de cobre producirá una llama verde; el ferricianuro de potasio hará surgir una llama azul; la llama será naranja si la sustancia en el algodón es cloruro de calcio y color malva si se quema alambre de potasio. La sal dará un bonito color amarillo.

Haz estos experimentos sólo que estés acompañado de un adulto.

DE TODO como en botica

Fotos de Carlos Macías.

Muchos de esos competidores recorrían el itinerario acompañados de sus hijos pequeños.

Solución del pasatiempo

SIERRA	MERO
PETO	MOJARRA
RUBIA	GURRUBATA

CIUDAD SOBRE RUEDAS... PERO SIN MOTOR.

Los ciclistas que recorrieron nuestra ciudad, el 5 de febrero, en ese evento que los reunió compitiendo en una forma sana y disciplinada, son una avanzada contra la contaminación de la ciudad. Las bicicletas son vehículos que no arrojan humos ni gases y cuya práctica requiere un espíritu sano y una condición física que no es imposible mantener. Hay que revisar nuestras bicicletas, repararlas y ponerlas en condiciones de competir en una nueva carrera como la del día de la Constitución.

Más que una competencia, fue una convivencia.

BENITO JUAREZ Y LA PRIMAVERA

Marzo 21

En este mes y en un mismo día se celebran dos acontecimientos notables: la llegada de la primavera y el aniversario del nacimiento de uno de nuestros más grandes héroes: Benito Juárez, a quien debemos que México sea una nación soberana, consciente de evitar las intervenciones extranjeras y respetuosa de los derechos de otros países.

ALBERGUES CANINOS

Un albergue que se llama San Francisco de Asís, recogió a perros que quedaron sin casa y sin dueño en ocasión del estallido de San Juan Ixhuatepec y más tarde, del terremoto del 19 de febrero. Ahí esperan, protegidos por las autoridades de Jugar y por la Sociedad Protectora de Animales, que lleguen por ellos sus amos o que los adopten otros, que les proporcionen cariño, compañía y cuidados.

EXPERIMENTO DE PRIMAVERA.

HAZ UN ARCO IRIS.

Tú puedes hacer un arcoiris aunque no haya lluvia. Todo lo que necesitas es un recipiente redondo de vidrio (una pecera, por ejemplo), un espejo pequeño y una hoja de papel blanco. Este experimento debes hacerlo durante la mañana o antes de las 5 de la tarde.

Llena la pecera con agua que llegue a cinco centímetros del fondo. Colócala en el sol brillante. Pon el espejo dentro del agua, orientándolo para que reciba directamente los rayos de sol. Ahora coloca el papel de manera que reciba el reflejo directo de ese rayo de sol, por medio del espejo; debe estar a una distancia de 60 centímetros. Mueve el papel alrededor de la pecera hasta que puedas ver los colores reflejados en él.

LOS ARBOLES DE NUESTROS BOSQUES, EN TRATAMIENTO

Los árboles del Desierto de los Leones, los del Ajusco y los de otros bosques que rodean la ciudad de México, están recibiendo atención médica. Los especialistas marcan qué árboles dañados por plagas o por incendios deben desaparecer para dejar su lugar a otros nuevos que formen bosques sanos. Ojalá que las tierras y el aire sean también tratados con cuidados especiales para que los arbolitos nuevos puedan crecer sin enfermedades y que la vigilancia evite incendios y destrucción, ya que son ellos los que nos proporcionan agua, oxígeno y evitan inundaciones y deslaves del terreno.

El cometa Halley, ese visitante que aparece cada 76 años, podrá verse a simple vista durante marzo, a 10 grados de altura sobre el horizonte oriental, antes de la salida del sol, aproximadamente a las 6 de la mañana. El Halley, durante marzo y los primeros días de abril, caminará hacia el sur. Desaparecerá en la segunda semana de abril y volverá a ser visible a fines de este mes. Búscalo en el sureste en las primeras horas de la mañana.

Si quieres saber más de él, visita el Museo de Ciencias y Artes que se encuentra en Ciudad Universitaria, donde se presenta una exposición de textos y fotografías sobre la historia del cometa que nos visitó antes de esta ocasión en 1910, año de la Revolución Mexicana.